

„Back Attack“ sorgt für Bewegung

Präventionsprogramm der Lindenschule kam bei den meisten Schülern sehr gut an

LINDEN (elo). Mit „Back Attack“ bot die Lindenschule in diesem Schuljahr erstmals ein neuartiges Bewegungsprogramm an, dessen Kurse sich als äußerst

erfolgreich erwiesen. Von den 58 Schülern der Schule nahmen 21 an den beiden angebotenen Kursen teil. Organisiert wurde das Präventionsprogramm von der

Sportkoordinatorin der Lindenschule Angela Volp, die die Kurse in Zusammenarbeit mit Diplom-Motologin Sylvia Habermann vom Verein für Rückenschule und

Gesundheitssport (VRG) leitete. Die speziell auf Kinder und Jugendliche ausgerichtete Rückenschule zielt vor allem darauf ab, Spaß an der Bewegung zu vermitteln. Zudem soll durch Bewegungsmangel hervorgerufenen gesundheitlichen Einschränkungen vorgebeugt werden. Zum Einsatz kommen gebräuchliche Sportgeräte wie Stepper, Turnbänke oder Springseile.

Sportkoordinatorin Volp hält das außerschulisch angebotene Bewegungsprogramm für eine „sehr sinnvolle Maßnahme“, deren Kosten auch von den Krankenkassen erstattet würden. Aufgrund der positiven Resonanz sind für das kommende Halbjahr erneut „Back Attack“-Kurse an der Lindenschule geplant.



Zum Einsatz kommen beim Bewegungsprogramm „Back attack“ gebräuchliche Sportgeräte wie Stepper, Turnbänke oder Springseile. Bild: Lorenz