

«Street Racket» – ein neues Spiel für alle



Street Racket-Einführungskurs von vitaswiss in Olten. Rechts im Bild: Instruktor Marvin Zweifel.

vitaswiss lanciert «Street Racket» in den Sektionen und Regionen. Der kürzlich durchgeführte Einführungskurs bildete den Auftakt dazu. Nun soll Street Racket mit Hilfe von interessierten Personen innerhalb von vitaswiss weiter verbreitet werden.

Eine grosse Portion Neugier lag in der Luft, als sich kürzlich an einem Sonntagnachmittag auf dem roten Sportplatz einer Primarschule in Olten elf Interessierte aus verschiedenen Regionen und Sektionen von vitaswiss einfanden. Was würde sie die kommenden zwei Stunden erwarten? Wie funktioniert dieses Spiel, genannt «Street Racket», das sie nun näher kennen lernen würden? Unter der Leitung des Instruktors Marvin Zweifel gab es eine erste theoretische Einführung in das Spiel, dann durften alle

Erfahrungen mit Schaumstoffball und Holzschläger sammeln.

Ballkontrolle und Spielkultur

Street Racket wurde so konzipiert, dass es für jedermann/-frau auf Anhieb verständlich ist und überall sofort gespielt werden kann. Die beiden Grundregeln lauten: kein Volley und kein Smash ("Downplay"). Diese beiden Regeln sind zentrale Pfeiler des Street Racket Konzepts. Sie sorgen dafür, dass das Spiel flüssiger wird und sich das Spieltempo verlangsamt. Der Fokus gilt der Ballkontrolle und dem Aufbau einer Spielkultur im Rückschlagsport. Street Racket ist ein Spiel für alle, unabhängig von Alter, körperlicher Verfassung und Spielniveau. Die Street Racket-Regeln sorgen für eine soziale, wohlwollende und motivierende Atmosphäre und schliessen niemanden aus.



Street Racket kann auch zu zweit gespielt werden. Im Bild rechts erklärt Marvin Zweifel mögliche Feldereinteilungen und Spielformen.

Unglaublich vielseitig

Wie vielseitig Street Racket ist, erlebten die Teilnehmenden, als Marvin ihnen die ersten möglichen Varianten vorstellte. Selbst vermeintlich einfache Spielformen – zum Beispiel in dem man sich an den Händen hält und über die Arme spielt oder sich nach jedem Schlag ein «High five» gibt – entpuppten sich als amüsante und spannende Herausforderung. Mit Kreide werden rechteckige Felder auf den Boden gezeichnet. Zuerst drei, dann fünf und mehr. Oder man entscheidet sich beispielsweise für runde Kreise als Inseln. In allen Fällen sind Geschicklichkeit, Spass an der Bewegung und Teamgeist gefragt. Die Spielregeln lassen sich je nach Anzahl Personen und deren Bedürfnisse anpassen; manchmal sind vor allem Geschicklichkeit und Ballgefühl gefragt, bei anderen Spielformen kommt man ganz schön ins Schwitzen. Und überall sieht man lachende Gesichter.

Auch etwas für Deine Sektion?

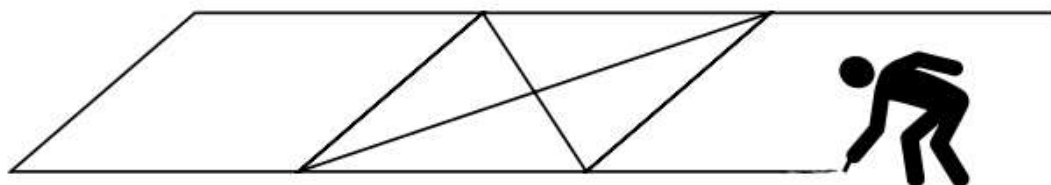
Ist Street Racket auch etwas für Dich und Deine Sektion? Wir suchen interessierte Personen, die Street Racket in ihrer Sektion bzw. Region einführen wollen. Mit Street Racket spricht man alle Generationen und somit auch mögliche neue Mitglieder an. Bist Du interessiert? Bereits erste Sektionen mit Street Racket begonnen. Gerne vermitteln wir Euch eine Instruktorin oder einen Instruktor für einen Einführungskurs bei Euch. Weiter helfen wir beim Aufbau von Street Racket-Gruppen und stellen das nötige Material zur Verfügung.

www.vitaswiss.ch

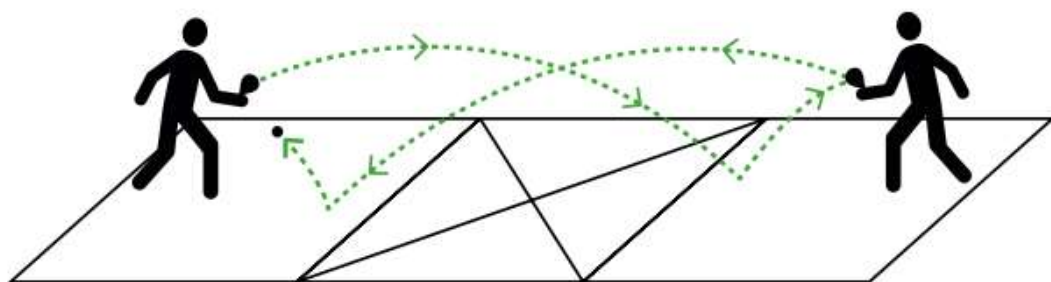


Street Racket lässt sich mit einer grossen Gruppe oder auch nur zu zweit spielen. Fotos: Fabrice Müller

1 Draw the court
Feld einzeichnen



2 Play
Spielen



Weitere Infos für Interessierte:



Info-Flyer:

Interessierte Sektionen erhalten von vitaswiss einen eigens erstellten Info-Flyer (Format A5) mit weiteren Infos.

www.vitaswiss.ch/street_racket