



Das »Wir« gewinnt!

In Deutschland einzigartig, gehört der **Kurs »Drachenboot«** seit dem Schuljahr 2019/2020 am Gymnasium Südstadt in Halle/Saale zum regulären Angebot im Lehrplan. Einer der Effekte: die Stärkung des Gemeinschafts-Gedankens.

TEXT: KATHARINA MENZEL; FOTOS: MARLEN WELLER-MENZEL





Vorrangig geht es in der Trainingseinheit um Drachenboote - vorsichtig werden die wertvollen Gefährte zu Wasser gelassen. Geübt wird aber auch in Outrigger-Booten (ganz links), und der »Trainerstab« nimmt im Motorboot Platz.

Fünf Grad über Null. Das Wetter kann sich nicht so recht zwischen Sonne, Wolken und Nieselregen entscheiden. Still liegt der Fluss vor mir, im Hintergrund kahle Bäume und struppiges Schilf. Nur der immergrüne Efeu sorgt für ein bisschen Farbe in dem tristen Bild. Ich hoffe, für mein Interview kurz ins Warme zu dürfen und nehme die unausgesprochene Einladung der offen stehenden Tür an. Merkwürdige Geräusche dringen aus einem der Räume im typischen Vereinshaus, so dass ich neugierig um die Ecke linse. Völlig auf sich konzentriert trainiert jemand – Klimmzüge, Liegestütze, Burpees.

Einige Minuten später begrüßt mich, frisch geduscht und mit einem breiten Grinsen, der Kanute Stephan Menzel. Stephan ist Sport- und Geografielehrer am Gymnasium Südstadt in Halle/Saale und hat es geschafft, sein Wassersport-Hobby in den Schulunterricht zu integrieren. Seit dem Schuljahr 2019/2020 gehört der Kurs »Drachenboot« zum regulären Angebot im Lehrplan. In Deutschland ist das bislang einzigartig.

Aber wer ist der Mensch hinter der Idee, das Drachenbootfahren in den regulären Schulunterricht zu implementieren? Der 32jährige Stephan Menzel sitzt seit Kindesbeinen im Kajak und hatte im Laufe der Jahre zahlreiche Erfolge im Kanurennsport zu verbuchen. So sicherte er sich mehrfach den Landesmeistertitel Sachsen-Anhalts, brachte Medaillen von der Ostdeutschen Meisterschaft im K4 mit nach Hause und fuhr 2019 nach einer längeren Kajak-Pause bei der Deutschen Meisterschaft auf die vorderen Ränge. 2020 bereitet sich der Ehemann und Vater von drei Kindern wieder aktiv auf die Meisterschaften vor und freut sich darauf, wieder im Wettkampfgeschehen mitzumischen.

2004 entdeckte er seine Leidenschaft für das Drachenboot, qualifizierte sich mit seinem Team schon im Folgejahr für die Weltmeisterschaft und trug über die Strecke von 200 Metern den Weltmeistertitel in die Heimat. Im gleichen Jahr kürte die Stadt Halle die Sportler zur Mannschaft des Jahres. Wenig später erfolgte die Berufung in die Drachenboot-Nationalmannschaft – 2008 kehrte er als zweifacher Vizeweltmeister sowie Bronzemedailengewinner zurück. Heute trainiert sein Drachenbootteam »Vikings Halle« beim KV 96 Halle e.V.

GEGEN DEN SCHULSTRESS

Den Drachenbootsport in die Schule zu bringen, war ein echtes Herzensprojekt des beliebten Lehrers. Es war nicht nur die eigene Leidenschaft für diese eher unbekanntere Wassersportart, sondern auch der Wille, Jugendlichen eine neue Welt zu zeigen. Das Drachenbootfahren ist viel mehr als nur ein Sport – es verbindet elementare Aspekte des Lebens: Wasser, Vertrauen, Gemeinschaft, Achtsamkeit und Loslassen. Darüber hinaus ist man nicht nur in der Natur, sondern durch das natürliche Gleiten über den Fluss auch Teil ebendieser. So können die Schülerinnen und Schüler völlig neue Perspektiven im oft stressigen und reizüberflutenden Schulalltag erleben.

Stephans Idee, eben nicht nur eine Arbeitsgemeinschaft nach der Schule anzubieten, sondern den Wassersport in den Lehrplan zu integrieren, stieß sowohl bei seinem Verein als auch bei der Schulleitung auf großes Interesse. Trotzdem galt es noch, unzählige kleine und große Hürden zu überwinden, bis im ersten Schulhalbjahr 2019/2020 die ersten Paddel in die Saale gestochen werden konnten. Die gute Zusammenarbeit zwischen Schule und Verein wurde durch einen weiteren Partner komplettiert: Mit Till Michalak, Student der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, holte sich Stephan eine wissenschaftliche Begleitung mit ins Boot. Ziel der universitären Forschung ist es, auch andere von diesem Modellprojekt profitieren zu lassen. Dafür soll eine Handreichung für Sportlehrkräfte entwickelt werden, um das Drachenbootfahren in die Schullandschaft zu integrieren. Der 24jährige Till, ebenfalls begeisterter Wassersportler, war sofort bereit, das Projekt zu unterstützen. Als ehemaliger Leistungsschwimmer, nebenberuflicher Reha-Trainer für Senioren und Schwimmcoach für Kinder liegt auch ihm die Erweiterung des Schulsports am Herzen.

FLITZPIEPE, OUTRIGGER UND KOMMANDOS

Es ist kurz nach halb zwei. Langsam trudeln die Kursteilnehmer auf dem Gelände des KV 96 ein. Nach dem Umziehen versammeln sich 14 Teenager am Bootshaus und wuchten gemeinsam das über neuneinhalb Meter lange Drachenboot zum Steg. Damit das wertvolle Gut zwischendurch nicht runterklatst, muss jemand das Kommando übernehmen – meist sind das Alina oder Julia. Ein paar der Jungs schleppen noch weiteres Gefährt aus der Halle – sogenannte Outrigger-Boote. Sie erinnern »

mich ein bisschen an ein Fahrrad mit Stützrädern. Wahrscheinlich können noch nicht alle so gut fahren, denke ich im Stillen, werde aber gleich eines Besseren belehrt: Das Drachenboot ist ein Kurz-Boot, in das nur zehn Paddler passen, und damit sich die übrigen Jugendlichen nicht langweilen, gibt es noch diese Auslegerkanus, mit denen unter ähnlichen Bedingungen wie im Drachenboot geübt werden kann. Hinter mir höre ich plötzlich ein Quietschen, und es klingt, als schleife jemand etwas sehr Schweres über den Boden. Aber nein, es ist nur »Flitzpiepe«, die aus ihrem Häuschen geschält wird. Die alte Dame ist das Motorboot des KV 96 und wird von Lukas Reinicke gesteuert, dem zweiten Vorsitzenden des Vereins. Mit der nötigen Vorsicht lassen Lukas und Stephan das Boot zu Wasser; gemeinsam mit Till werden sie so im-

mer in Reichweite der Jugendlichen fahren, um für die nötige Sicherheit zu sorgen und – natürlich – um lautstark Kommandos zu geben. Unterdessen hat sich der Kurs am Ufer zu einem Kreis formiert und beginnt, wild mit den Armen zu fuchteln und sich nach links und rechts zu biegen – jede Woche übernimmt jemand anderes die Aufwärm-Übungen.

EIN ECHTES TEAM

Frisch gedehnt und voller Tatendrang geht es nun endlich ins Wasser. Damit jeder Teilnehmer mal den linken, mal den rechten Arm und Oberkörperbereich belastet, werden im Laufe des Kurses immer wieder die Positionen im Boot gewechselt. Nach einem kurzen Schieflegen-Schock-Moment greifen sich die Kanuten ihre Paddel vom Steg. Sie stoßen sich ab und

nehmen Fahrt auf. Fast vollkommen synchron tauchen die Paddel in das kühle Nass, werden elegant durchs Wasser gezogen, schweben kurz in der Luft, bevor sie wieder kraftvoll in den Fluss gestochen werden. Ich spüre den Teamgeist bis in die Haarspitzen und genieße das friedvolle Bild. Bis sich das Motorboot durch das Gewässer gräbt und der Lehrer seine Schützlinge vernehmlich auf diverse Defizite hinweist: »Achtet auf den Druckarm!«, »Den Oberkörper mehr einsetzen!«, »Das Paddel nicht ganz so weit nach hinten ziehen!« Okay, für mich sah es perfekt aus, aber tatsächlich sind die Elftklässler ja noch Anfänger. Auf die Frage, wie Till als Außenstehender die Fortschritte der Jugendlichen beurteilt, antwortet er mir: »In nicht mal einem halben Jahr haben sie es geschafft, ihre Leistung von völlig asynchronem Fahren und äußerst schlechter Technik sehr stark zu verbessern. Dabei ist ein echtes Team entstanden; sie geben sich untereinander Tipps und feuern sich an, wenn jemand nicht mehr kann. Es ist toll, das mitzuerleben!«

AUS SICHT DER SCHÜLER

Nach der Trainingseinheit beantwortet eine kleine Gruppe Freiwilliger meine Fragen, unter ihnen Noah, Laurin, Melvin, Lukas, Martin und Paul. Sie sind sich absolut einig darin, dass dieser Kurs einzigartig ist. Beim genauen Hinhören wird schnell deutlich, dass sie nicht ihrem Sportlehrer schmeicheln wollen, sondern dass jeder Einzelne etwas aus diesem neuen Schulsportangebot mitnimmt. So wird mir erzählt, sie fänden es toll, die Chance zu bekommen, einen außergewöhnlichen Sport auszuüben, und seien neugierig auf mehr. Ein anderer gesteht, dies sei endlich mal ein Sport, in dem auch er gut sei. Außerdem erfahre ich, wie frei die Jugendlichen sich hier draußen fühlen und dass sie sich jetzt als echtes Team, als eine starke Gemeinschaft sehen.

Ich muss an die Worte von Stephan denken, der mir nur wenig vorher beschrieb, dass im Drachenboot zu sitzen das Gemeinschaftsgefühl und den Zusammenhalt untereinander enorm stärke. Ein Einzelner könne hier nichts erreichen – es funktioniere nur, wenn alle Hand in Hand arbeiten. Das »Wir« gewinnt – und hier nicht in einer Turnhalle aus Beton, sondern im Einklang mit der Natur. «

Beim Drachenbootfahren kann der Einzelne nichts bewirken – neben der Körperkraft kommt es darauf an, die Paddel so synchron wie möglich zu bedienen. Das Resultat: Gemeinschaftssinn und Teamgeist.

