

# Hoch hinaus mit dem TuS Weddinghofen

Hoch hinaus geht es mit dem TuS Weddinghofen. Zumindest für jene, die sich anstelle von Schuhen Konstruktionen aus Bögen und Streben an die Füße schnallen. Wem dann der Rhythmus der Musik in die Beine fährt, der hebt tatsächlich richtig vom Boden ab. „Kangoo Jump“ heißt der neue Trend aus Osteuropa, der ab der kommenden Woche ein nagelneues Kursangebot ist. Beim Aktionstag des TuS Weddinghofen war der ungewöhnliche Sport ein echter Hingucker.



Abheben mit dem TuS: Kangoo Jump ist neu und einmalig im näheren Umkreis.



Anschnallen und große Sprünge machen, das ist Kangoo Jump

Mancher schnallte sich neugierig die Geräte unter, die der TuS Weddinghofen aus Leipzig beschafft hat. Dort haben sich auch die Kursleiter in der Kunst der Känguru-Sprünge unterrichten lassen. Ganz billig ist der neue Trend nicht: 200 Euro kostet ein Paar Sprungschuhe. Da sind 5 Euro Mitgliedsbeitrag pro Monat ein echtes Schnäppchen. Spaß machen die hohen Sprünge ganz offensichtlich. Nicht nur wer zum ersten Mal auf den elastischen Schuhen stand, hatte ein Lächeln auf den Lippen.

„Man kann bei einer Stunde bis zu 1.000 Kalorien verbrennen“, schildert TuS-Geschäftsführerin Ellen Wiemhoff begeistert. „Außerdem ist dieser Kangoo Jump bis zu 80 Prozent gelenkschonender als Laufen!“ Am Freitag beginnt um 18 Uhr die Premiere für den nagelneuen Kurs. Dann ist der TuS Weddinghofen in der Region ein echter Vorreiter. Der Verein hat aber darüber hinaus einiges zu bieten. „Das wollen wir mit diesem Aktionstag zeigen“, so Ellen Wiemhoff. „Wir möchten aber auch gerade neu Zugezogenen die Hemmschwellen nehmen.“

## **Hineinschnuppern und Mitmachen beim Aktionstag**



Sieht entspannt aus, hat es aber in sich: Gymnastik mit dem Ball.

Einfach mal zuschauen und spontan mitmachen: Das war die Idee dieses ersten Aktionstages. Männersport mit Flexibällen, flotte Aerobic und gut gelauntes Walking, Step-Aerobic, Problemzonengymnastik oder Frauengymnastik: Hier ist für jeden etwas dabei. „Hier kann jeder mitmachen. Wir bieten gesundheitsorientierten Freizeitsport an“, betont Ellen Wiemhoff. Das randvolle Programm zeigte am Samstag trotzdem nur einen kleinen Ausschnitt des vielfältigen Angebotes, das aktuell 535 Mitglieder nutzen. Die Konkurrenz ist hart: Fitness-Studios, Ganztagschulen. „Wir müssen schon viel tun, neue Mitglieder zu gewinnen“, so Wiemhoff.

Vielleicht klappt das mit spannenden neuen Angeboten wie Kangoo Jump oder zielgruppenorientierten Kursen wie Problemzonengymnastik. Am Samstag nutzten einige die Möglichkeit, einfach mal hinein zu schnuppern. Der Andrang hätte aber auch größer sein können, wenn es nach den Akteuren gegangen wäre, die hier mit Herzblut bei der Sache waren.

