

SPRINT-Klassen der BBS 1 Arnoldi lernen vom mehrfachen Karate-Europameister Milutin Susnica:

Respektvoller Umgang in allen Lebenslagen

(cs) Göttingen, 07. Mai. 2018

In den vergangenen Wochen nahmen Schülerinnen und Schüler der SPRINT-Klassen der BBS1 Arnoldi Schule am Coaching -Projekt "Respekt mit Verständnis in der BBS1" teil.

Was du hast, geht leicht verloren, was du kannst, bleibt immer

Dieser Wahlspruch steht auf der Homepage von Milutin Susnica, der das Coaching-Projekt mit den SPRINT-Lerngruppen souverän geleitet hat. Initiiert hatten das Projekt Christian Westensee, Koordinator der BBS1 und Lars Willmann von SC Hainberg. Finanziert wurde es vom LSB Niedersachsen. Über mehrere Wochen besuchte SPRINT-Lehrer Christoph Schmidt mit seinen Lerngruppen das DOJO (so nennt man das Trainingsgebäude bei den Karateka) von Susnica im Groner Industriegebiet. Die Lernatmosphäre in den „heiligen Hallen“ war sehr inspirierend für die SchülerInnen, denn von der ersten Stunde an waren sie voll und ganz bei der Sache. Die Schulung kognitiver Fähigkeiten und koordinativer Fertigkeiten wurden in den ersten Einheiten vermittelt. Teamwork und ein respektvoller Umgang miteinander standen in der Folge auf dem Programm. Die TeilnehmerInnen lernten auch Grundtechniken der Selbstverteidigung und die ein oder andere Karate-technik wurde von Milutin Susnica

vermittelt. Bei allem stand der Spaß im Vordergrund aber wie es sich für einen Karatetrainer gehört, wurde auch immer wieder Disziplin eingefordert. „Disziplin und respektvoller Umgang mit anderen Menschen hilft dir in vielen Lebenslagen weiter“, so Susnica. Recht hat er. Und das war auch eine Triebfeder für die Initiatoren des Projekts. „Unsere SchülerInnen müssen hier in Deutschland viele neue Dinge lernen und da gehört viel Disziplin zu“, so Christoph Schmidt. Nicht in allen ihren Heimatländern wird Disziplin so groß geschrieben wie in Deutschland. Jedoch sind Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit der Schlüssel zu vielen Türen, die sich öffnen, wenn man diese Tugenden verinnerlicht hat. Und dazu gehört Disziplin. Susnica verstand es von der ersten Stunde an hervorragend, eine vertrauensvolle Ebene zu Ihnen aufzubauen und dann macht Lernen immer auch viel Spaß. So kamen die SchülerInnen an den Trainingstagen teils eine halbe Stunde vor Beginn und konnten es kaum

abwarten, dass das Training endlich beginnt. Am meisten freute sich Christoph Schmidt über die rege Teilnahme der SchülerInnen, denn in deren meisten Heimatländern sind die Frauen den Männern leider immer noch nicht gleichgestellt. So war deren Ehr-



- Klein gegen Groß –

Milutin Susnica (rechts) demonstriert wie auch das funktionieren kann.

geiz auch besonders groß und natürlich macht es dann auch wahnsinnig viel Spaß, wenn sie die „Jungs“ mal auf die Matte werfen können. Überhaupt war

dieses tolle Miteinander das schönste Erlebnis und auch Ergebnis resümierte Lars Willmann das Projekt. Wenn sie so weitermachen, sind sie für ihre Zukunft in Deutschland bestens gerüstet. Einigen von ihnen machte das Projekt so viel Spaß, das sie sich

nen gingen aus diesem Projekt keinesfalls mit leeren Händen. Erstens bekamen alle nach Abschluss eine Urkunde, auf die sie mächtig stolz waren, denn wer hat schon einen mehrfachen deutschen Meister und Europameister als Trainer. Zweitens haben sie viel gelernt, was hoffentlich für immer bleibt. Und schlussendlich haben alle auch die Erfahrung gemacht, dass Respekt ein Wort mit vielen Facetten ist, es sich aber lohnt, alle die Facetten zu beherzigen.

„Die Projekt hat echt Spaß gebracht“ befanden am Ende alle Beteiligten. Beim letzten Termin überzeugte sich der Sport-Obmann der BBS1, Roman Müller, von der Qualität des Trainings und war beeindruckt von dem hohen Engagement der TeilnehmerInnen. „Ein super Projekt“, so Müller. „Ich hoffe, dass wir das in ähnlicher Form an der BBS1 noch einmal durchführen können“. „Ruf an wenn du mich brauchst“, sagte Susnica.

Wenn das kein Versprechen ist...

der Folge entschieden, privat weiter bei Milutin Susnica zu trainieren.

Karate heißt wörtlich übersetzt „leere Hand“. Aber die SchülerIn-