

Verein bringt Gesamtschüler in Bewegung

Einmal in der Woche wird trainiert

BERGKAMEN • Der Verein HELP möchte Jugendliche der Willy-Brandt-Gesamtschule ab dem 23. April einmal in der Woche bis zu den Sommerferien in Bewegung bringen.

Unter dem Titel Mission: Topfit hat der Verein HELP ein Sport- und Gesundheitsangebot ins Leben gerufen, das er bereits an verschiedenen Schulen und Kindergärten erfolgreich anbietet. An der Willy-Brandt-Gesamtschule in Bergkamen wird der Kurs nun neu eingeführt. Für die Gesamtschule wird Bewegung angesagt sein. Zu Beginn wird ein Fitnessstest durchgeführt. „Die Teilnehmer werden bei ihrem Leistungsstand ‚abgeholt‘, damit individuell auf jeden eingegangen werden kann“, erklärt Projektleiter Matthias Alies. Als Fitness- und Ernährungstrainer wird er sich mit den Jugendlichen befassen. Mit einem Ausdauer-, einem Motorik- und einem Spiele-Teil bringt er insgesamt 15 Schüler und Schülerinnen der Unterstufe einmal pro Woche bis zu den Som-

merferien in Bewegung. „Die ersten beiden Teile können sehr anstrengend sein – darum beende ich jede Stunde mit einem Spiel, das sich die Teilnehmer selbst aussuchen dürfen“, erklärt Alies. Dass die Teilnehmer, die in Absprache mit den Eltern von den Lehrern ausgesucht wurden, mit Freude wiederkommen, sei das wichtigste. Ziel von Mission: Topfit ist es, langfristig eine Verhaltensänderung bei den Jugendlichen hervorzurufen und nachhaltig Freude an Bewegung zu wecken und zu fördern. • fü

Verein

- **HELP**, ein noch junger Verein mit Sitz in Gronau und Hannover, arbeitet schwerpunktmäßig in der Kinder- und Jugendhilfe. Dabei hat er sich auf Angebote im Rahmen der Offenen Ganztagschule spezialisiert.
- Kurse wie „LERNEN zu lernen“, „Starke Kinder!“, ein Elterntraining oder eben **Mission: Topfit** gehören zu seinen Hilfsprojekten im Bildungsbereich.