

Wiesbadener Tagblatt

[Tagespass](#) [Kontakt](#) [Anmelden](#) [E-Paper](#)

WIESBADENER TAGBLATT / LOKALES / UNTERTAUNUS / **IDSTEIN**

Idstein

07.05.2018

Verteidigungstrainer der „Taunusfighter“ zeigt Idsteiner Limesschülern wichtige Abwehrtechniken



IDSTEIN - (red). „Stopp!, „Nein!, „Stehenbleiben!“ In mehreren Einheiten erlebten die Fünftklässler der Idsteiner Limeschule eine aufregende Zeit. Liam Conway vom ortsansässigen Verein „Taurusfighter“ zeigte den Mädchen und Jungen in einem Selbstverteidigungskurs, wie sie sich im Notfall selbst verteidigen können.

Fester Stand und aufrechte Haltung

Bereits im Januar lernten die Kinder während der Kompetenztage spielerisch Empathiefähigkeit und einen wertschätzenden Umgang miteinander. Zum Konzept gehören auch, eigene Grenzen zu setzen und die der anderen zu akzeptieren. Um dies zu üben und mit der richtigen Technik die eigenen körperlichen und stimmlichen Kräfte unter Beweis zu stellen, wurde Liam Conway eingeladen.

„Wann darf sich jemand überhaupt wehren?“ Am Anfang stand die Selbstbehauptung. „Nein“ sagen und aufmerksam durch die dunklen Straßen gehen, das Handy für den Notfall in der Hand und die Augen auf das Umfeld gerichtet. Geübt wurden ein fester Stand und eine aufrechte Haltung. Ein deutliches Signal an Selbstvertrauen für jeden, der einem zu nahe kommen will.

„Ich hätte nie gedacht, dass ich durch meine Körperhaltung so einen sicheren Stand haben kann. So leicht schubst mich keiner um“, sagte ein Mädchen. Mithilfe der Pratzen und der Boxhandschuhe trainierten die Kinder, wie sie sich im Notfall wehren können. Dabei spürten viele Kinder, wie viel Kraft überhaupt in ihnen steckt. Bei der Übung, sich aus dem Handgriff eines Erwachsenen zu lösen, staunten die Kinder nicht schlecht. Es braucht nicht nur Kraft in den Armen, sondern auch Köpfchen. Das sorgte für ordentlich Stimmung und Aufregung in der Klasse.

Mit roten Köpfen und großer Freude kamen die Kinder aus der Stunde. Einige wollten nachmittags weiter am Training der „Taunusfighter“ teilnehmen und sich in der Selbstverteidigung stärken.

Selbst die Klassenlehrer konnten sich ausprobieren und hatten sehr viel Spaß. Das Projekt wurde durch Einnahmen der Eltern, dem Jugendbildungswerk des Rheingau-Taunus-Kreises sowie dem Förderverein der Limeschule finanziert.

Organisiert wurde das Projekt durch Juliane Pietsch von der Schulsozialarbeit der Volkshochschule Rheingau-Taunus und Swantje Dietrich von Gymnasialzweigleitung der Limeschule.

[Noch mehr Nachrichten aus der Region lesen? Testen Sie kostenlos 9 Tage das Komplettpaket Print & Web plus!](#)

Weitere Empfehlungen



LANDKREIS RHEINGAU-TAUNUS

Rheingau-Taunus: Landrat sieht mehrere Möglichkeiten für die künftige medizinische Versorgung



IDSTEIN

Familien- und Seniorenakademie Idstein bleibt erhalten



HANDBALL

Handball, Landesliga: Bitteres Ende für TuS Dotzheim: Timo Wenzel beim 22:22 gegen Linden wohl mit



IDSTEIN

Informationsveranstaltung des VdK-Ortsverbandes in Idstein sind gut nachgefragt

Anzeige

So eine Frischheit! Kohlrabi – jetzt für nur 0,55 Euro!

Alles frisch macht der Mai! Mit Kohlrabi (Kl. I, Deutschland, Spanien, Italien, Stück), pur für Rohkostfans, im Salat oder auch gekocht – Kohlrabi sorgt für Abwechslung im Küchen-Alltag. Jetzt bei Penny.

Mehr erfahren

powered by plista

Das könnte Sie auch interessieren**Einfach ALDI - Jetzt dauerhaft im Preis gesenkt**

Jetzt verschiedene Lebensmittel dauerhaft im Preis gesenkt - Einfach ALDI **Mehr**

ANZEIGE

**Pablo de Blasis kündigt Abschied vom FSV Mainz 05...**

Am kommenden Samstag endet für den FSV Mainz 05 nicht nur die Fußball-Bundesliga-

Saison. Gegen...

Mehr

**Im Wald vermisste vierjährige Mädchen wohlauf...**

Niederaula (dpa) - Großes Aufatmen bei den besorgten Eltern: Nach einer stunden-

langen, großange...

Mehr

20 Jahre jünger aussehen in 2 Monaten? Geht das?

Nach nur kurzer Anwendung um Jahre jünger aussehen? Nutzer diese Creme sagen, es ist



möglich.
ANZEIGE

Mehr



Zu schwer oder zu lang: Wiesbadener Polizei...

„So was haben wir auch noch nicht gehabt“, sagt der Polizeihauptkommissar Stefan Imhof

und...

Mehr



Wiesn 2018: Maß-Preis über 11 Euro erwartet

München (dpa) - Die Wiesn wird teurer - für die Wirte und in der Folge für die Gäste. Die

Stadt...

Mehr