

OPEN SUNDAY VOM SONNTAG, 12. FEBRUAR IN DER TURNHALLE BIFANG IN OLTEN

«Der Fuss muss zur Sprossenwand schauen»

SONJA FURTER

Am vergangenen Open Sunday in Olten standen die Türen der Bifang-Turnhalle wieder offen. Kinder von der ersten bis zur sechsten Klasse waren eingeladen, sich sportlich und kreativ zu betätigen. Das Projekt IdeeSport bietet den Kindern an den offenen Sonntagen eine Bewegungslandschaft in der Turnhalle: Ringturnen, Klettern, Basketball, Unihockey und Fussball, Gruppenspiele sowie gratis Verpflegung. Vor den Weihnachtsferien waren es fast hundert Kinder, am vergangenen Sonntag rund vierzig Teilnehmer. «Mich motiviert es, den Kindern ein sinnvolles Freizeitangebot zu bieten», erklärte Coach Belinda Trachsel, die selber Tennis spielt, ihre Motivation. Am vergangenen Open Sunday sorgte sie dafür, dass alles in geordneten Bahnen verläuft. Unterstützt wurde sie dabei von den «Junior-Coa-

ches», ehemaligen Teilnehmern, die selber andere anleiten. Ein Projekt im Projekt, wie Trachsel ausführte: «Die Teenager dürfen Verantwortung übernehmen, werden durch uns angeleitet und erhalten ein Arbeitszeugnis von uns.» Doch statt einer Bewegungslandschaft lagen am vergangenen Sonntag Matten am Boden. Es fand ein Special-Event statt. Sechs Instrukto- ren vom Judo-Club Olten verrieten den Kindern Griffe, Tipps und Tricks des Kampfsportes. So zeigte beispiels- weise Larissa Eng aus Trimbach, wie man abrollen kann, ohne sich zu ver- letzen. Anschliessend durften die Kin- der das Gelernte anwenden. Die In- struktoren unterstützten wo nötig und korrigierten die Haltung. «Dieses Bein musst du hier hinstellen und dieser Fuss muss zur Sprossenwand schauen.» Die Kinder kämpften eifrig um den Sieg und es machte ihnen sichtlich Spass, den Gegner auf die Matte zu bringen. www.ideesport.ch



Sind begeistert vom Angebot: **HEAVEN TEKLIJ** (9 Jahre) aus Olten (links) und **LILI MEHDIALI** (8 Jahre) aus Olten.



JULIJAN BECAREVIC (12 Jahre) aus Olten zeigte beim Fussball-Spiel vollen Einsatz.



NOORAN MEHDIALI (9 Jahre) aus Olten turnte ein Rad. «Das habe ich mir selbst beigebracht», erklärte sie.



Die beiden Gegen- rinnen **SALSA- BIL ELOMAMI** (13 Jahre) aus Olten (unten) und **WALA AL KHOULI- DI** (14 Jahre) aus Olten kämpften hart, aber fair um den Sieg.

ALBIN SALMANI (12 Jahre) aus Olten (am Ball) war für sein Team als Torhüter und Fussballer im Einsatz.



JEHONA ELEZI (9 Jahre) aus Olten (links) und ihre Freundin **SUE HUNZIKER** (10 Jah- re) aus Olten wenden Judo-Griffe an. Den anderen auf die Matte zu bringen macht Spass, waren sich beide einig.



Die 23-jährige **BELINDA TRACHSEL** aus Diegten (BL) ist Coach bei IdeeSport: «Mich motiviert es, Kindern am Sonntag ein sinnvolles Freizeitangebot zu bieten.»



Der 19-jährige Trainer **BALEN ALI** aus Winznau schätzt am Kampfsport, dass man sich auspowern und im Notfall verteidigen kann.



GENTRID ALIJI (9 Jahre) aus Olten fand den Anlass toll und hatte Spass. «Meine Schwester ist hier als Coach tätig, doch Judo war für mich eine ganz neue Erfah- rung», meinte er.

Nach so viel Sport brauchte es auch eine **PAUSE** und Verpflegung.

