

## Turnen, oder....Turnen?

Die Sportart „Turnen“ wird oft missverstanden. Die Einen verstehen darunter „ein bisschen herumturnen halt“, das braucht's nicht, „mein Kind bewegt sich eh auf dem Fahrrad, im Wald und auf dem Spielplatz“. Die Anderen verstehen darunter das *Gerätturnen*, das man bis zur olympischen Reife erlernen kann. Und was ist dann *Kunstturnen*? Und auch dazwischen gibt es viele Interpretationen.



Wie oft treten Eltern an uns heran, die den Wert des Turnens für die Erziehung ihres Kindes erkannt haben und die wir dann bitter enttäuschen müssen, wenn wir erklären, dass sie mit einem Einstieg im Alter von 10 Jahren (in dieser Sportart) keine Weltmeister mehr werden können und viel zu spät für diese olympische Disziplin dran sind. In vielen Sportarten ist das wohl das richtige Alter, um in den Leistungssport einzusteigen. Im Turnen nicht, das ist die große Ausnahme.

Vielleicht können das mit dem Weltmeisterwerden auch jene nicht, die vorgesehenen Alter (5-6 Jahre) mit dem tatsächlichen Wettkampfsport, olympischen Kunstturnen begonnen haben. Sicher ist aber, dass Turnen, Intensitätsgrad auch immer, als die Wiege aller anderen Sportarten gilt. Stelle wäre es vielleicht hilfreich, wenn wir ein wenig hinter die Kulissen ein paar Irrtümer aus dem Weg räumen.



im dafür dem in welchem An dieser schauen und



Turnen ist eine der drei olympischen Grundsportarten (neben Leichtathletik und Schwimmen). Hierzulande nennen wir es Gerätturnen oder Kunstturnen, wobei zumeist unter Gerätturnen der Breitensport und unter Kunstturnen (auch Leistungsturnen) der Wettkampfsport im internationalen Verständnis gemeint ist. **Gerätturnen** kann man immer beginnen, auch noch im hohen Alter, nach langen Pausen (wir alle hatten es noch in der Schule) oder auch in frühen Jahren. In Österreich kann man sich sogar im

Gerätturnen messen und Österreichischer Meister werden, das Wettkampfprogramm gibt es aber nur in Österreich, und heißt **Kunstturnen** folgt strengen Regeln internationaler Wertungsvorschriften. Um auf internationales Niveau zu



Turn10.

(und somit nach Staatsmeisterschaften, EM, WM oder gar Olympische Spiele zu turnen), ist intensives (wenn auch anfangs spielerisches) Training bereits im frühen Kindesalter erforderlich. In jeder Altersstufe sind bestimmte Elemente zu beherrschen, daher beginnt der „Leistungssport“ bereits im Alter von 5-6 Jahren. Bis zum Erreichen der international höchsten Klasse (Elite / senior) im Alter von 16 Jahren (Mädchen) und 18 Jahren (Burschen) sind rund 10.000 Trainingsstunden erforderlich. Die Dauer der Ausbildung bis zu diesem Niveau lässt sich leicht über 10 Jahre und 1.000 Trainingsstunden pro Jahr ausrechnen. Damit wird klar, dass man Kunstturnen auch nicht durch Privatunterricht schnell einmal lernen oder aufholen kann. Es zählen die Stunden, die man am Gerät die verschiedenen skills geübt hat. Genau diese Voraussetzung unterschätzen viele Menschen, die sich dann doch für diese (in Österreich mediale Rand-) Sportart interessieren.



Deshalb versuchen wir hier einen Leitfaden anzubieten, eine Orientierung zwecks Einordnung in die richtige Einheit. Unser Angebot für Turnen an Geräten versuchen wir altersbezogen wie folgt zu gestalten: