

# Disziplin, Fitness und Gemeinschaftsgefühl: Schülercoach Thomas Kämmerer zu Gast in der Obernburger Volksschule – news verlag ist Sponsor der Veranstaltung

Allein einen Autoreifen zu ziehen ist nicht einfach, erst recht nicht zwei Reifen oder drei. Und wiederum erst recht nicht, wenn da noch jemand drauf sitzt. 22 Schüler der Johannes-Obernburger-Volksschule in Obernburg machen das aber gerne! Personal-Coach Thomas Kämmerer von der Eagle Academy ist Vorbild in Sachen Fitness und Disziplin. An ihm haben sich die Grund- und Mittelschüler ein Beispiel genommen. Von März bis Anfang April hieß es Frühsport, Vollkornbrot zum Frühstück und Doppelstunden zum Thema Willensstärke. Der news verlag war Sponsor der Veranstaltung und hat bei Schülern, Eltern und Lehrern nachgefragt. Hier die Stimmen:

## Tolles Gemeinschaftsgefühl

Pascal Böhringer:



Ich habe zwei Wochen vor Anfang des Coachings die Schule gewechselt. Deswegen fand ich es sehr toll, dass ich durch den Sport und das gemeinsame Frühstück gleich alle Mitschüler kennen lernen konnte. Ich denke, dass das Coaching das Gemeinschaftsgefühl gestärkt hat.

Außerdem haben wir gelernt, dass man sich von einer schlechten Note nicht runterziehen lassen sollte. Das hat mich motiviert! Am besten hat mir der Powerday gefallen, bei dem wir Autoreifen ziehen mussten.

## 2,5 Kilo abgenommen

Halil Kazak:



Durch den Frühsport habe ich 2,5 Kilo abgenommen. Es hat mir auch gar nichts mehr ausgemacht, wenn ich dafür früher aufstehen musste. Herr Kämmerer hat mich motiviert mehr zu lernen. In Mathe kann ich mich jetzt viel mehr beteiligen. Das war immer mein schlechtestes Fach. Wir haben auch gelernt, wie wir unsere Konzentration verbessern können. Ich würde das Coaching auf jeden Fall weiter empfehlen!

## Anfangs skeptisch

Judith Böhringer (Mutter):



Alles, was ich vom Coaching mitbekommen habe, war sehr positiv! Die Kinder und Jugendlichen waren

immer mit Motivation bei der Sache. Man merkt auch, dass sie wieder mehr Spaß an der Schule haben. Mein Sohn kam immer sehr gut gelaunt nach Hause und hat viel von seinem Tag erzählt. Normalerweise ist er nach der Schule nicht so erzählfreudig. Uns hat es auch gewundert, dass Pascal den Frühsport immer freiwillig mitgemacht hat – immerhin musste er dafür viel eher aufstehen. Am Anfang waren mein Mann und ich dem Coaching gegenüber eher skeptisch aber jetzt hat Herr Kämmerer uns überzeugt.

## Positive Klassenatmosphäre

Matthias Rauschert (Lehrer)



Die Schüler haben gesehen, was in ihnen steckt. Sie haben sich gefordert und sportlich zum Teil erheblich gesteigert. Im Unterricht konnte man ruhiger den Stoff vermitteln. Die neue körperliche Fitness hat die Konfliktbereitschaft innerhalb der Klasse deutlich gesenkt. Mit der Verstärkung von Herrn Kämmerer haben auch konditionell schwächere Schüler durchgehalten und waren bis zum Schluss hoch motiviert. Durch den gemeinsamen Tagesbeginn um 6.30 Uhr mit Früh-

sport und Frühstück hat sich die ohnehin schon gute Klassenatmosphäre noch mehr zum Positiven entwickelt. Die Kinder waren zwar körperlich erschöpft, doch geistig aufnahmebereit. Nach dem Motto

„mens sana in corpore sano“. Die Einsicht, in Verbindung mit Sport als Ausgleich insgesamt mehr leisten zu können, hält hoffentlich viele Schüler auch zukünftig an, sich regelmäßig körperlich auszupeinern. JP ■



Mit Schweiß und Kraft ans Ziel: Schüler der Johannes-Obernburger-Volksschule nehmen ihr Training ernst. Bilder: privat

