

Rezension in der Zeitschrift „Sport in Mecklenburg-Vorpommern“ 8/2018

Reihe Burner Motion

Katrin Kehrli / Martina Marti / Thea Gerber

Burner Acrobatics

Coole Stunts zum Abheben

Die spannenden Kunststücke in diesem Buch sind in Zusammenarbeit mit den Schülerinnen und Schülern in der Turnhalle entstanden – inspiriert von Instagram, Pinterest und den kreativen Gedanken in den jungen Köpfen und begleitet von erfahrenen Expertinnen. Entstanden ist ein Mix an soliden Basics mit brandneuen, innovativen Figuren und Inszenierungs-ideen – am Boden und in der Luft.

Das Lehrmittel funktioniert sehr visuell und einfach. Es ist kein Vorzeigen nötig – die praktischen Reihenbilder, die auch als Stationskarten verfügbar sind, erklären den Turnenden ganz selbstständig, was zu tun ist.

2018. DIN A5, 136 Seiten

ISBN 978-3-7780-2981-7

EUR 24,90

Hofmann-Verlag: www.sportfachbuch.de

Burner Acrobatics – Coole Stunts zum Abheben

Die Faszination der Akrobatik hat schon viele mitgenommen und ist elementarer Bestandteil vieler Turnshows.

Burner Acrobatics verhilft dem Leser zu einem einfachen Herangehen an das Thema auch ohne Vorkenntnisse. Das Buch von Kehrl, Marti und Gerber, welches im Hofmann-Verlag erschienen ist, überzeugt mit einer klaren Struktur und einem erkennbaren roten Faden, wie der Sportwissenschaftler und Übungsleiter es aus den methodischen Reihen kennt: vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten.

Das Buch steigt mit einer kurzen Einleitung zu Themen wie Sicherheit, Hilfsmittel und Lektionsaufbau ein. Ein wichtiger Punkt, bevor mit akrobatischen Übungen begonnen werden kann, ist das Warm-up. Hier liegt der Fokus neben den üblichen physiologischen Reaktionen auf der Dehnung und Kräftigung der Mus-

kulatur sowie der mentalen Einstimmung auf die Arbeit. In das Aufwärmen integriert werden ebenfalls erste Basis-Übungen.

Direkt auffallend ist die gute Bebilderung, welche nicht nur die Elemente zeigt, sondern auch die Bewegungsabfolge und Varianten. Diese Bilderfolgen sowie die kurzen Erläuterungen ermöglichen ein eigenständiges Erarbeiten der Elemente.

Die nachfolgenden Kapitel zeigen neben kurzen Beschreibungen und Bildern auch die Schwierigkeitsgrade und Voraussetzungen für Übungen in den Bereichen Koordination, Beweglichkeit und Kraft auf.

Wer in die Akrobatik einsteigen möchte, findet mit Burner Acrobatics ein gut geschriebenes und mit viel Bildmaterial ausgestattetes Buch, welches nicht nur bei den Basics bleibt.

Liesja Schösser

Katrin Kehrl, Martina Marti, Thea Gerber (2018).

Burner Acrobatics – Coole Stunts zum Abheben.

Burner Motion Muriel Sutter (Hrsg.)

Hofmann Verlag Schorndorf. ISBN: 978-3-7780-2981-7