



Die Eifeler Ropeskipper beim Training in der Turnhalle des TV Nidrum.

Fotos: David Hagemann

Spaß im Seilverfahren

Ropeskipping heißt das altbekannte Seilspringen auf Neudeutsch. In der Nordeifel erfreut sich der Sport wachsender Beliebtheit. Vier Ropeskipper aus Bütgenbach und Nidrum nehmen am kommenden Samstag am Weltcup in Antwerpen teil.

VON BORIS CREMER

Cyrille Goffin ist „Hahn im Korb“. Seine Ropeskipping-Gruppe der Turnvereine Elsenborn, Nidrum und Bütgenbach zählt mittlerweile 23 Turnerinnen - plus Goffin... „Das ist ungewöhnlich, denn andernorts ist das eher ein Männer- als ein Frauensport“, erklärt der 33-Jährige, den die „weibliche Übermacht“ keinesfalls stört. Goffin bereitet sich in diesen Wochen gemeinsam mit Cindy Groven, Kerstin Fank und Anna Huppertz auf den Weltcup in Antwerpen vor. Am kommenden Samstag werden sich die Ropeskipper aus der Nordeifel mit der internationalen Spitze ihrer Sportart messen. „Einige davon sind Profis. Die leben davon und treten in großen TV-Shows auf“, erklärt Cindy Groven und schwingt sich ans Seil. Mit Cyrille Goffin ist sie als „Dreherin“ inzwischen ein eingespieltes Team. Denn es ist genauso schwierig, „am“ wie „im“ Seil zu stehen.

Fitness, Beweglichkeit, Koordination: Das Ropeskipping verlangt den Sportlern einiges ab. „Seilspringen wie auf dem Schulhof könnte ich, das hier aber nicht“, gibt José Heck zu. Der Präsident des TV Nidrum schaut sich interessiert das Training der Wettkampfgruppe in der Sporthalle seines Vereins an. Eine Geduldssprobe. Kaum ein Durchgang verläuft fehlerlos. Immer und immer wieder setzen die vier Eifeler Ropeskipper neu an, damit sich die Übergänge einspielen.

Beim Weltcup in Antwerpen, der offiziell den Namen „Double Dutch Contest“ trägt, stehen zwei Disziplinen auf dem Programm: „Speed“ und „Performance“. Bei „Speed“

geht es, wie der Name schon sagt, darum, so schnell wie möglich im Seil zu springen. Zwei Teammitglieder drehen die beiden Seile, während zwei andere für jeweils 30 Sekunden abwechselnd hüpfen. Eine Minute also. Gezählt werden die Bodenkontakte des rechten Fußes. „Die Sieger des letzten Jahres haben 209 Sprünge geschafft“, sagt Cindy Groven bewundernd. Die vier Eifeler schaffen im Training zwar bisher „nur“ 114, das dürfte aber immerhin reichen, um nicht ganz hinten im Feld zu landen.

Unter „Performance“ ist eine Art Kür zu verstehen. Der Auftritt dauert zwei bis drei Minuten. In dieser Zeitspanne

werden zu einer Begleitmusik Figuren im Seil gezeigt. Dabei geht es abwechslungsreicher als beim „Speed“ zu. Beispielsweise wechseln sich Dreher und Springer ab, geben sich also während der Übung die Sei-

Fitness ist gefragt: „Nach einer Stunde ist man völlig platt.“

le in die Hand, was ein Höchstmaß an Koordination verlangt. „Bewertet werden am Ende von der Jury der Gesamteindruck der Show, die gezeigten Figuren, die Synchronität mit der Musik, das Outfit und

die Fehler“, erläutert Cyrille Goffin. Er und seine drei Mitstreiterinnen bereiten sich seit mehreren Monaten intensiv auf den Wettkampf am kommenden Samstag vor. Zweibis dreimal pro Woche wird trainiert, jeweils eine Stunde. „Danach ist man völlig platt“, macht Anna Huppertz deutlich, dass es beim Ropeskipping stark auf die Fitness ankommt. Wichtig ist auch der Blickkontakt, sowohl zwischen den „Drehern“ also auch mit den Springern. Wenn es am oder im Seil zu Rhythmusstörungen kommt, sind Fehler unvermeidbar. Davon wollen die Eifeler Seilspringer in Antwerpen möglichst wenige machen. Unterstützt werden sie von rund 30 Mitstreitern aus der gemeinsamen Trainingsgruppe, die sich jeden Freitag

trifft. „Seitdem sich die Ropeskipper aus Elsenborn, Bütgenbach und Nidrum vor zwei Jahren zusammengetan haben, werden es ständig mehr“, erkennt Kerstin Fank so etwas wie einen Boom dieser Sportart. Die meisten haben in ihrer Jugend geturnt. Denn anders als das Geräte- oder Bodenturnen kann Seilspringen bis in ein höheres Alter praktiziert werden. „Unser jüngstes Mitglied ist zehn, das älteste 49 Jahre alt.“ Gerade dieser Generationenaustausch mache Spaß. Die Gruppe trainiert nicht nur zusammen, sondern hat regelmäßig Auftritte vor größerem Publikum, beispielsweise im Rahmenprogramm von Turnmeisterschaften oder bei Sportlerlehren. „Die Choreografien entwickeln die Trainer weitge-

hend selbst, sie lassen sich aber von YouTube-Videos inspirieren“, so Goffin. Ropeskipping sei zwar was für jedermann, allerdings möchte Goffin es nicht in die gleiche Schublade stecken wie reine Fitnessdisziplinen à la Zumba und Aerobic. „Es ist mehr, als alle paar Wochen zu hüpfen“, so der Sportler aus Nidrum. Der Teufel stecke im Detail. Wer nicht die richtige Technik für das Seildrehen und das Springen beherrsche, riskiere Verletzungen, von denen man aber bisher verschont geblieben sei.

i Wie es den vier Eifeler Ropeskippern in Antwerpen ergangen ist, lesen Sie kommende Woche im GrenzEcho.



Cyrille Goffin, Kerstin Fank, Cindy Groven und Anna Huppertz (v.l.) nehmen am kommenden Samstag am Ropeskipping-Weltcup in Antwerpen teil.



Beim Ropeskipping wird nicht nur gehüpft. Die richtigen Köpfer zeigen Hebefiguren im Seil.