



Die Stufe 1 bestanden diesmal 62 Kinder und Jugendliche aus Amel, Burg-Reuland, Eupen, Heppenbach, Rocherath und Weywertz.

Foto: VDT

Sport: Teilnehmerzahl des vom VDT organisierten Turnabzeichens hat sich verdoppelt – Überarbeitung der Übungen geplant

Die richtige Grundlage steht über dem Schwierigkeitsgrad

• ROCHERATH

Über 100 Hobbyturner trafen sich am 7. April in Rocherath. Anlass war das Turnabzeichen. Drei Stufen können absolviert werden. Zur nächsten Auflage 2020 sollen die Übungsreihen überarbeitet werden. Wer Turnen als Hobby ausübt und in der Regel maximal drei Stunden je Wo-

che trainiert, nimmt nur selten an Wettbewerben teil. Der Verband deutschsprachiger Turnvereine (VDT) bietet diesen das Turnabzeichen an, das schon als kleiner Wettkampf empfunden wird. Dieses ist in drei Stufen mit je zehn Übungen an verschiedenen Geräten aufgeteilt. Die erste und die zweite Stufe sind für alle iden-

tisch. Erst in der dritten Stufe wird zwischen Jungen und Mädchen unterschieden. Die Stufe 1 bestanden diesmal aus 62 Kinder und Jugendliche aus Amel, Burg-Reuland, Eupen, Heppenbach, Rocherath und Weywertz. Die Stufe 2 war für 22 und die Stufe 3 für 19 Teilnehmer eine zu meistern. Herausforderung: „Die Kinder

bekommen ein persönliches Turnzeugnis, das sie gestalten können. Das bringen sie wieder mit, um es zu vervollständigen. Mit der Stufe 3 erhalten sie ein kleines Abzeichen, das sie an ihren Turnanzug aufnähen können“, erklärt Tanja Maus. Die mit der Teilnehmerzahl zufriedene VDT-Programmverantwortliche weiß,

dass die Vorgaben wichtig sind, damit die Trainer ein Ziel haben, worauf sie hin trainieren. So langsam seien sie aber in die Jahre gekommen und so kündigt sie an, Veränderungen an den Übungsreihen gezielt vorzunehmen: „Manchmal sind sie viel zu schwer und es wäre besser Vorübungen einzubauen, die später zu

den schwereren führen.“ Es sei wichtiger, dass die Basis sitzt als dass man eine Schwierigkeit zeigt, die nicht korrekt ausgeführt wird. Als Beispiel nennt Tanja Maus die Übungen am Barren in der dritten Stufe: „Man muss bedenken, dass die Übungen wie Felge-Umschwung sehr schwer sind.“



Der Schülerrat der Eupener Pater-Damian-Sekundarschule verkaufte bei der Aktion „Red Nose Day“ 600 rote Nasen und konnte somit den ostbelgischen Cliniclowns eine Spendensumme von 800 Euro überreichen.

Foto: privat

Solidarität: PDS-Schülerrat verkaufte 600 rote Nasen für Cliniclowns „Red Nose Day“ erbrachte 800 Euro

• EUPEN

Der Schülerrat der Eupener Pater-Damian-Sekundarschule (PDS) überreichte den ostbelgischen Cliniclowns am

Freitag, 5. April, einen Scheck über 800 Euro. Dies war der Erlös des bereits im November veranstalteten Red Nose Day an der Eupener Schule. Wäh-

rend eines Tages verkauften die Mitglieder des Schülerrates an der Schule rote Clowns-nasen. Dies mit dem Ziel, das so gewonnene Geld den ostbelgischen Cliniclowns zu spenden. Am Ende des Tages hatte der Schülerrat sein Ziel, 600 Nasen zu verkaufen, dicke geknackt und konnte sogar alle 800 Nasen verkaufen.

Zu dem Geld, das durch den Nasenverkauf erwirtschaftet wurde, kamen auch noch Spenden dazu, unter anderem vom Schülerrat selber, aber auch von der PDS.

Mein Verein

Gibt es Neuigkeiten?

Schreiben Sie uns an redaktion@grenzecho.net

Diese Seite ist Mitteilungen von Vereinen, Verbänden und Institutionen aus der Region vorbehalten. Wir veröffentlichen Ihre Texte bis zu einem Umfang von maximal 1.800 Anschlägen.

Alle Artikel können Sie ebenfalls auf unserer Internetseite www.grenzecho.net/community/wir-von-hier lesen.

Therapie: Jugend erfreute Parkinsonkranke mit Musikdarbietungen Musik spricht Körper und Geist an

• EUPEN

Zum Welttag der Parkinson-Krankheit besuchten junge Musiker die Selbsthilfegruppe bei deren monatlichem Treffen im Eupener Patienten Rat & Treff (PRT).

Mira (8 Jahre, Geige), Timo (10 Jahre, Klarinette), Alice (12 Jahre, Klavier) und Lena (12 Jahre, Klavier), begleitet vom Musikpädagogen Marc Lemmens, besuchten am Freitag, 12. April, die Selbsthilfegruppe und erfreuten alle Anwesen-

den mit je zwei Musikstücken, gefolgt von einem musikalischen Ratespiel und Zugaben.

Wie im GrenzEcho vom 12. April zum Welttag der Parkinson-Erkrankung über die neurologische Erkrankung genau beschrieben, helfen zwar gezielte Medikamente immer besser, aber Musik und Bewegung können die Symptome der Krankheit reduzieren. Musik spricht Körper und Geist ganzheitlich an. Das Gehirn wird durch den Genuss von

Musik stimuliert. Die Zentren für Lernen, Sprache, Gedächtnis, Kreativität und Emotionen werden aktiviert – das Gehirn wird so umfassend ange-regt, wie es keine andere Tätigkeit schafft.

Die Selbsthilfegruppe, die sich jeden letzten Freitag im Monat im Patienten Rat & Treff (Aachener Straße 6 in Eupen) trifft, dankt den jungen Musikern für die geschenkte Zeit und wünscht allen noch erholsame Osterferien.



Begleitet vom Musikpädagogen Marc Lemmens erfreuten Mira, Timo, Alice und Lena mit ihren musikalischen Darbietungen die Selbsthilfegruppe des Eupener Patienten Rat & Treff. Foto: privat