

Muskeln und Schweiß

Ein Raum voller halb nackter Männer, die in Schweiß gebadet ihre Muskeln präsentieren. Die Sixpacks stechen sofort ins Auge, als würden sie mich verhöhnen wollen. Auch Gespräche sucht man vergebens, denn die Münder sind vollgestopft mit Energie- und Powerriegeln, während in den Köpfen nur Pläne geschmiedet werden, was man mit der angestauten Muskelkraft als Nächstes macht. Vielleicht die 40-Kg-Handel? Eine Laterne verbiegen? Oder vielleicht auch ein Auto stemmen?

Das sind Gedanken, die einem durch den Kopf schießen, wenn man das Wort Fitness-AG hört. Irgendwie überkommen mich diese Bilder auch jedes Mal aufs Neue, wenn ich die Tür zur Sporthalle öffne – dabei ist es doch eigentlich ganz anders. Spätestens seit mir eine Stimme, ich weiß zugegebenermaßen nicht mehr, woher, nahe legte: „Ey, schreib doch mal was!“ ist es also an der Zeit, den oben beschrieben und weitverbreiteten Irrtum einmal zu beiseitigen.

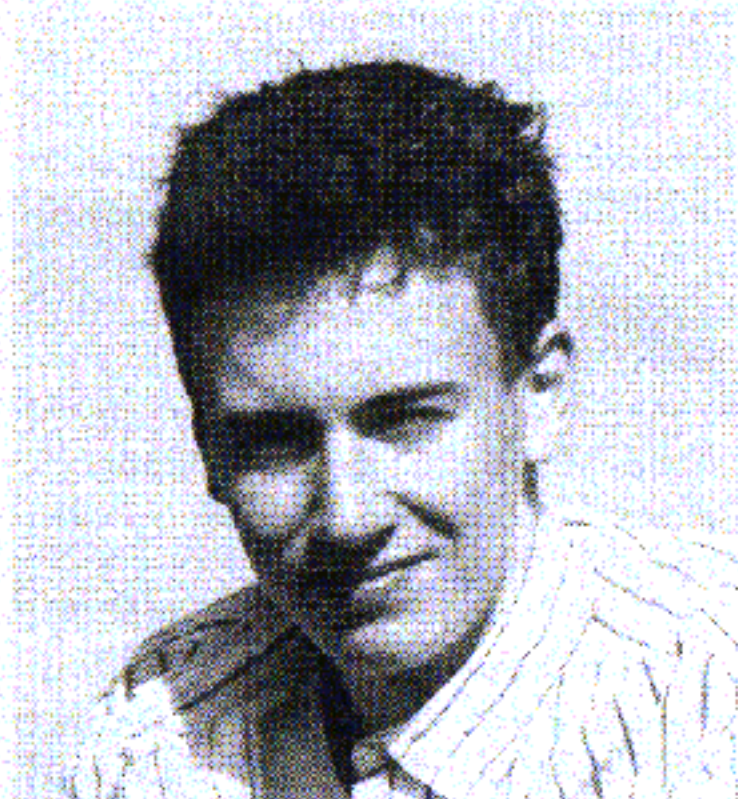
Dienstag, 15 Uhr. Vor der Tür zur Samariterhalle sammeln sich die Fitness-AGler – entgegen der Erwartung normale Schüler wie du und ich. Sie warten auf Hr. Gerbitz oder „Torsten“, wie sie ihn nennen. Torsten (damit schließe ich mich ihnen also an), seines Zeichens Lehrer für Geografie, Mathematik und Schwimmen am Goethe-Gymnasium ist unter seinen Anhängern eine Art Institution – schließlich

Alles hat seinen Preis

leitet er die AG seit nunmehr 21 Jahren. Mein erster Gedanke: So alt ist der doch unmöglich!

Wie dem auch sei – trotz der mindestens 21 auf seinem Buckel lastenden Jahre beantwortet er mir kurz einige Fragen: Der Kern dieser AG ist natürlich das Training; wobei Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination im Mittelpunkt stehen. Aufgelockert wird das Ganze durch diverse und nicht minder anstrengende Hallen-Fußball-Spiele. Für gewöhnlich stehen Spiel und Training im Verhältnis eins zu zwei.

Ein alter Hase mit jahrelang bewährtem Programm also. Doch dass selbst nach dieser unvorstellbar langen Karriere als AG-Leiter einen noch, was vom Hocker – oder in dem Falle von



Noch voll vom Eis: Felix Winkler

der Hantelbank – hauen kann, zeigt jüngstes Ereignis. Im alljährlich stattfindenden „Fitness-Test“, bei dem aus Klimmzügen, Beugestütz, Rumpfbeugen und Springseilspringen bestehendem Vierkampf wurde ein neuer Rekord aufgestellt: Felix Winkler, Klasse 11-1, übertraf Langjahresmeister Christian Kuchler, den höchstens noch die Lehrer kennen, und verdrängte ihn damit von Platz eins der ‚ewigen Bestenliste‘ – als Belohnung winkte einmal ein „All-you-can-eat“-Eiscafébesuch.

Wie brisant dieser Sieg ist, zeigt folgender Vergleich: Selbst ich bin damals nur auf Platz 30 gelandet. Aber das

ist ein altes Kapitel. Heute würde ich selbstverständlich besser abschneiden, aber mir fehlt einfach die Zeit.

Was man mitbringen sollte, um vorbei zu schauen? Eigentlich nichts, so der AG-Leiter. Keine Altersbegrenzung, keine sportlichen Voraussetzungen – lediglich Motivation ist gefordert. Ansonsten freue man sich immer über neue Übungen. Du bist motiviert? Na dann los – Treffpunkt ist jeden Dienstag, 15 Uhr. Entweder unsere Turnhalle, oder sollte diese wie im Moment belegt sein, vor der Samariterhalle. Ende regelmäßig 18 Uhr.

Sportschaf

HertzSCHLAG-Abonnement

Alle, die ihren HertzSCHLAG auch in Fangzi, Faxsälf, Fdayrik oder auf den Farquhainseln lesen wollen, müssen jetzt nicht mehr darauf verzichten. Ein formloser Brief an uns mit dem folgenden Inhalt genügt:

Hiermit abonniere ich die Schülerzeitung HertzSCHLAG ab der nächsten erreichbaren Ausgabe zum Preis von 1,50 Euro pro Exemplar. In diesem Preis sind Postzustellung und Verpackung inbegriffen. Ich zahle jeweils nach Erhalt der Lieferung per Rechnung.

Name, Vorname, Strasse, Hausnummer, PLZ, Ort, Datum, Unterschrift

Widerrufsrecht: Diese Bestellung kann jederzeit beim HertzSCHLAG-Leserservice, Heinrich-Hertz-Gymnasium, Rigaer Straße 81-82, 10247 Berlin widerrufen.

Die Frist beträgt zehn Tage vor Erscheinen der folgenden Ausgabe.

Schülerinnen und Schüler der Hertzschule im Ausland bekommen ihren sogar kostenlos geliefert!