

Gleichgewicht, Geschick und viel Geduld

Zuffenhausen/Weilimdorf. In der Wolfbuschhalle fand am Wochenende der Schwäbische Einradtag des SSV Zuffenhausen statt. *Von Bernd Zeyer*

Die einen finden es cool, die anderen meinen, es sei einfach“, sagt Lukas und lacht. Seit zirka zweieinhalb Jahren fährt der Elfjährige Einrad, mittlerweile hat er sogar schon ein paar Medaillen gesammelt. Zusammen mit rund 100 Teilnehmern ist er am Wochenende beim „Schwäbischen Einradtag“ des SSV Zuffenhausen dabei.

Wer an Zuffenhausen denkt, dem kommen vor allem schnelle Autos in den Sinn. Dass nicht nur weltweit bekannte Sportwagen, sondern auch erfolgreiche Sportler aus dem Bezirk kommen, wissen nur wenige. Die Einradfahrer des SSV (früher TSV) Zuffenhausen sammeln seit Jahren sowohl auf nationaler als auch auf internationaler Ebene Medaillen und Pokale.

„Alles, was andere auf zwei Rädern machen, machen wir auf einem“, umschreibt Trainer Erhard Schneider augenzwinkernd den EinradSPORT. Die Vielfalt ist dabei mindestens so groß wie bei den Kollegen auf zwei Rädern. Es gibt Uphill- und

Downhill-Wettbewerbe, also Bergauf- und Bergabrennen, Rennen über verschieden lange Distanzen im Gelände oder im Stadion, Kürprogramme, Weitsprung und sogar Hochsprung. Je nach Art finden die Wettbewerbe in der Halle oder unter freiem Himmel statt. Draußen wird Schutzkleidung getragen, drinnen normalerweise nicht.

„Einrad fahren kann eigentlich jeder“, erläutert Schneider. Am wichtigsten seien dabei Wille und Geduld. Wer nämlich zum ersten Mal auf den Sattel klettert, bleibt dort meist nicht lange sitzen. Blaue Flecken sind vor allem in der Anfangsphase kaum zu vermeiden. „Ich bin einmal so hart auf den Hintern gefallen, dass ich zwei Jahre lang keine Stufen mehr herunterfahren konnte“, beschreibt Sonja ihre Erfahrungen. Die Elfjährige würde aber nicht im Traum daran denken, mit dem Einradfahren aufzuhören; es macht ihr einfach zu viel Spaß. Das gilt auch für Sina. „Gymnastik und Fußball finde ich doof“, erzählt die Zehnjährige, die bereits zwei Gold- und

eine Silbermedaille im Schrank hängen hat.

Einradfahren fördert Gleichgewichtssinn, Koordination, Konzentration und Geschicklichkeit. Anfängern werden zunächst Grundtechniken wie sicheres Auf- und Absteigen sowie das alleinige Fahren beigebracht. Im Laufe der Zeit lernen sie dann kompliziertere Übungen wie Springen, einbeiniges Fahren oder Pirouetten. Gerade die fortgeschrittenen Techniken sind es, die am Wochenende beim Schwäbischen Einradtag in der Halle der Wolfbuschschule geübt werden. Die Teilnehmer des Workshops kommen aus ganz Deutschland. Mit dabei sind Leistungssportler ebenso wie Hobbyfahrer. „Wir sind hier, um uns Anregungen zu holen“, sagt Susanne Dede, Trainerin beim TSV Münchingen. Ihre Einradabteilung ist noch im Aufbau, sie soll Grundschulkindern eine Alternative zu anderen Sportarten bieten.

Die Einradabteilung des SSV Zuffenhausen organisiert seit 1998 Wettbewerbe. In diesem Jahr gibt es einen besonderen Höhepunkt: vom 1. bis zum 3. Oktober findet in Zuffenhausen die Deutsche Meisterschaft im Einradrennen statt.