

FM-Instruktoren Workshop 2013

eine Kooperation von



&



Projektverantwortlicher:
Martin Dworak
info@sprunglandung.at

Parkour-Vienna Forum-Meeting

Das Forum-Meeting (FM) ist ständig gut besucht und mit dem – endlich auch hier eintreffenden – Sommer, ist mit einem weiteren Anstieg der FM BesucherInnen zu rechnen. Während die Szene weiter wächst hat sich die Wiener Parkour Community ihren offenen und positiven Spirit erhalten. Traceure aus anderen Städten und Ländern, ebenso wie AnfängerInnen betonen immer wieder, wie wohlwollend sie am FM empfangen wurden.

Das FM unterstützt TraceurInnen sich als Teil einer Gemeinschaft erleben, die auf persönliche Entwicklung und gegenseitige Unterstützung baut – gemäß dem Motto „Be strong to be useful“. Gleichzeitig ist es die 1. Anlaufstelle für viele EinsteigerInnen in Wien. Um diese nicht im Regen stehen zu lassen, wird das FM seit Jahren von erfahrenen Coaches (FM-Instruktoren) unentgeltlich betreut. Sie sorgen für gemeinsames Aufwärmen und helfen bei den ersten Schritten, Sprüngen und Landungen.

Ziel der Fortbildung:

Um dieses Miteinander auch zunehmendem Wachstum der Forum-Meetings (70 und mehr TeilnehmerInnen) gewährleisten zu können, wurde der Pool der FM-InstruktorInnen erweitert. In einem 2-Tages Workshop arbeiteten 8 Coaches und 12 neue FM-InstruktorInnen zusammen um die Betreuung des FM in Zukunft auf breitere Beine zu stellen.

Umsetzung

Im Workshop wurden Theorie und Praxis eng miteinander verwoben, um die kurze Zeit möglichst intensiv nutzen zu können. Die Theorieteile wurden am Institut für Freizeitpädagogik (IFP) abgehalten, wo auf gute Infrastruktur zurückgegriffen werden konnte.

Vermittelt wurde Grundwissen zu Parkour, Anatomie und Rechtlichem, ebenso wie bewährte Verhaltensweisen – etwa im Umgang mit Öffentlichkeit (Anrainer, Polizei, Security). Der Umgang mit (Bewegungs-)Rausch und Risiko in Parkour wurde anhand des risflecting©-Ansatzes thematisiert und praktisch umgesetzt.

Praktische Erfahrungen wurden direkt im öffentlichen Raum (Hammerlingpark & Fritz-Imhoff-Park) beim „Praxis Karussell“ bzw. im Rahmen des Forum-Meetings gesammelt.

Beim „Praxiskarusell“ wurden mehrere Stationen von je einem/einer erfahrenen TrainierIn betreut. Für jeweils 15' bekamen die neuen FM InstruktorInnen einen Einblick in den individuellen Stil jedes Coaches. So konnten sie in kurzer Zeit unterschiedliche Zugänge zur Vermittlung von Parkourtechniken selbst erproben und ihren Handlungsspielraum ausweiten.

Am zweiten Tag wurde es ernst - die neuen FM-InstruktorInnen betreuten eigenständig das FM. Dabei wurde volles Programm geboten (intensives Aufwärmen; Einsteiger-Workshops) und das FM mit einem kurzen Input zum Thema „Achtsamkeit“ begonnen.

In Kleingruppen wurde danach gemeinsam mit den Coaches das FM reflektiert. Daraus entstand ein intensiver gemeinsamer Austausch mit genügend Zeit um auf die Fragen und Erfahrungen jedes/jeder Einzelnen einzugehen.

Die neuen FM-InstruktorInnen zeichneten sich dabei ausnahmslos durch hohes persönliches Engagement, Einsatzbereitschaft und Mut zu ihrer (noch) ungewohnten Rolle aus. Sowohl während des FM, als auch in den folgenden Tagen im Parkour-Vienna Forum, gab es positives Feedback zur Anleitung des FM.

Reflexion & der Blick in die Zukunft

Einen wesentlichen Teil des Lernprozesses stellten die bewusst eingebauten Reflexionsphasen dar. Sie sorgten dafür, dass die gesammelten Erfahrungen besser verankern werden konnten und förderten gleichzeitig den Austausch in der Gruppe.

Der Abschluss des Workshops wurde genutzt um den Blick von der unmittelbaren Vergangenheit in die Zukunft des Forum-Meetings schweifen zu lassen. Dabei kristallisierten sich folgende Punkte heraus, die entscheidend dazu beitragen werden wie stark der Schwung der gemeinsamen Tage mit in die Zukunft genommen werden kann:

Forum-Meeting & InstruktorInnen-Pool

- InstruktorInnen Pool
Noch besteht eine Aufteilung in „alte“ und „neue“ FM-InstruktorInnen. In Zukunft werden sie zu einem Pool von FM-InstruktorInnen zusammenwachsen und diese Unterscheidung ihre Bedeutung verlieren und verschwinden.
- Wechselnde Anleitung des FM
Neue InstruktorInnen haben die Gelegenheit praktische Erfahrungen zu sammeln und ihre eigenen Erfolge und Fehler zu machen.
- Erfahrungsaustausch & Feedback
Durch den gemeinsamen Austausch mit anderen FM-InstruktorInnen, wird die Entwicklung des eigenen Stils und der eigenen Fähigkeiten gefördert.
- Können aber nicht müssen
JedeR InstruktorIn hat das Recht einfach „nur“ zum Training am FM zu sein. Anwesenheit am FM heißt nicht automatisch es auch leiten zu müssen.
- Klarheit schaffen
Durch gemeinsame Absprachen im Vorfeld und während des Forummeetings wird Klarheit geschaffen, wer welche Aufgaben übernimmt.
Die FM-InstruktorInnen werden im Parkour-Vienna.at Forum aufgelistet.

Austausch & Diskussion

- Austausch zu Parkourthemen
Parkour ist mehr als „nur“ Bewegung. Im Zuge des Workshops wurden Möglichkeiten diskutiert sich mit Parkour auch über die körperliche Ebene hinaus auseinanderzusetzen.
Etwa in einem regelmäßigem „Parkour-Talk“ - als offene Gesprächsrunde von und für TraceurInnen, die durch einen Input angeregt wird.
Oder in Workshops zur Vertiefung in Parkour-relevante Themen (Frauen/Mädchenttraining; Anatomie; Rausch- & Risikobalance;...) - Weitere Ideen & Engagement sind willkommen.

Zeit

- Geduld, Kontinuität & Anstrengung
Nicht alles wird sich gleich ändern und es wird noch einiges an Arbeit benötigen damit die alten und neuen FM-InstruktorInnen zu einem gemeinsamen Pool zusammenwachsen. Daher ist es nötig Geduld walten lassen und in kleinen Schritten zum Ziel zu gehen– Wälder wachsen auch nicht von heute auf morgen, aber dafür beständig ;-)

Vielen Dank

Diese Veranstaltung wurde durch die Zusammenarbeit von „Connect the Community“ und dem „Institut für Freizeitpädagogik“ ermöglicht. Vielen Dank an dieser Stelle an :

- das Institut für Freizeitpädagogik (IFP) www.ifp.at für die Unterstützung mit Sachleistungen, Personal und Geldmitteln
- die TraceurInnen der Initiative „Connect the Community“
 - im speziellen TOM & Parkour-Vienna.at
- die weiteren Coaches (Christian, Kate, Mokka, Tatze, Konsti, Leech)
- die neuen FM-InstruktorInnen für ihre Begeisterung und Hingabe
- und nicht zuletzt an die TeilnehmerInnen des Forum-Meetings am 30.6. fürs Mitmachen