

Eine Stunde Urlaub

Sportvereine und kommerzielle Anbieter präsentierten sich auf der vierten **Sport- und Freizeitmesse** im Theater und Konzerthaus. Auch ungewöhnlichere Sportarten wie **Unterwasserrugby** oder Paintball waren vertreten.

VON PETER SEIFFERT

Rasbeh Assemi liegt mit geschlossenen Augen auf einer Decke im ersten Stock des Theater und Konzerthaus. „Das ist total angenehm. Ich könnte das den ganzen Tag machen lassen“, sagt er über die Shiatsu-Anwendung von Marion Falke. „Ich arbeite entlang der Meridiane, auf denen die Akupunkturpunkte liegen“, erklärt die Heilpraktikerin. Auf diese Weise könne sie sowohl präventiv arbeiten als auch konkrete Leiden lindern. „Shiatsu ist eine Stunde Urlaub zwischendurch.“

Rund um diesen Ruhepol sind die Hallen während der vierten Sport- und Freizeitmesse erfüllt von Aktivität. So können die Besucher etwa Fahrrad fahren, auf einer Mini-Tischtennisplatte spielen, am Tippkick-Gewinnspiel teilnehmen oder an der Kletterwand des Alpenvereins kraxeln. Die Studiowelle 2 des Klinikums belohnt den lautesten Schreihals oder denjenigen, der am längsten einen Ton halten kann, mit Kuschtieren, die eine vergrößerte Ausgabe von Magengeschwüren oder Mundgeruch darstellen.

Im dreidimensionalen Raum

Rasbeh Assemi ist inzwischen am Stand der Wassersportfreunde Bergisch Land angekommen, wo er über Unterwasserrugby informiert. „Der große Unterschied zu anderen Sportarten ist, dass man im dreidimensionalen Raum spielt“, erzählt er. Gespielt wird mit einem Salzwasser-gefüllten Ball. Anderthalb bis zwei Minuten können die Sportler nach einigem Training unter Wasser bleiben. „Im Laufe des Spiels werden die Tauchphasen natürlich kürzer. Der Sport erfordert einige Kondition, macht aber eine Mords-Gaudi“, findet Assemi.

Direkt nebenan demonstrieren Mitglieder des WMTV beim Jiu Jitsu ihre Verteidigungskünste. „Einfach nicht da sein, ist die beste Voraus-

setzung“, sagt Trainer Frank Hartmann. Anders gesagt: Aus dem Angriff rauszugehen, Hebelgesetze und Geschwindigkeit zu nutzen, seien das Geheimnis. Dann ist es auch möglich, den mit Messern, Pistolen oder Stöcken ausgestatteten Gegner zu entwaffnen, zeigen die Sportler. „Wichtig ist, die Angriffspunkte des menschlichen Körpers zu lernen.“ Darüber hinaus stecke in dieser asiatischen Kampfkunst eine Menge Symbolik.

Farbenfroh präsentiert sich im Erdgeschoss das „Paintball-Mekka“. „Ziel des Spiels ist, die Fahne



Entspannung während der Sport- und Freizeitmesse: Heilpraktikerin **Marion Falke** (links) übt sanften Druck auf Akupunkturpunkte von Unterwasserrugby-Spieler **Rasbeh Assemi** aus.

FOTO: MARTIN KEMM

INFO

Aktionsraum

73 Aussteller präsentierten sich auf der Sport- und Freizeitmesse auf 3300 Quadratmetern, darunter auch **23 Sportvereine**. Mit dem Bergischen HC und der Union waren die klassenhöchsten Handball- und Fußballvereine vertreten. In einem Aktionsraum wurden verschiedene **Sportarten** vorgestellt; neu war eine „Gesundheitsinsel“ im Kleinen Saal.

des gegnerischen Teams zu übern“, erläutert Enrico Seiffert, dessen Team kürzlich DM-Dritter wurde. Zu diesem Zweck feuerten die Spieler auf einem ungefähr 40 x 60 Meter großen Feld mit orangefarbenen Farbkugeln aufeinander ein. In den USA spielen zehn Millionen Menschen Paintball. „Zur Europameisterschaft kämen in einem Jahr 1500 Menschen aus 90 Ländern zusammen. Paintball haben wir nichts mit Kriegsspielen zu tun“, sagt Enrico Seiffert. „Warum fechten, warum klettern? Es geht nur darum, die sportliche der Bessere ist.“