



# Turnerschaft „Jahnvolk“ 1881 e.V.

## Das Sommerfest 2015

Die Turnerschaft Jahnvolk hatte dieses Jahr für den 18. Juli zum traditionellen Sommerfest auf dem Vereinsgelände eingeladen. Etwa 200 erwachsene Besucher genossen bei Musik strahlendem Sonnenschein selbstgebackene Kuchen und Salate, Würstchen und "Frischgezapftes".



An der mit viel Liebe geschmückten Volley-Bar wurden bei karibischem Flair von der Montags-Volleyballgruppe verschiedene leckere Cocktails kredenzt.





## Turnerschaft „Jahnvolk“ 1881 e.V.

Für die Kinder gab es viel Spiel und Spaß. Als Schmetterlinge und Prinzessinnen, Löwen und Käfer geschminkte Mädchen und Jungen stürzten sich wagemutig in Kunststoffboxen die Rollenrutsche herunter, bewältigten in kleinen Gruppen einen anspruchsvollen Leichtathletik-Parcours oder verausgabten sich beim Hüpfen und Springen auf der aufgeblasenen Kunststoffburg. Für noch mehr Spaß sorgten ein Malwettbewerb zum Thema Frankfurt und der abschließende Tuchtanz mit einer musikalischen Reise um die Welt.



Ein Höhepunkt war dieses Jahr die Vorführung traditioneller Tänze des Japanisch-Deutschen Bon-Odori-Tanzkreises auf der Festwiese. Bei japanischen Trommelklängen und aus Lautsprechern ertönender fernöstlicher Musik tanzten Frauen und Männer in leuchtenden Kimonos im Kreis. Es dauerte nicht lange und zahlreiche große und kleine Besucher konnten sich diesem Zauber nicht mehr entziehen, sie reihten sich in den Kreis ein und tanzten fröhlich mit.





## Turnerschaft „Jahnvolk“ 1881 e.V.

Die Tanzvorführung leitete den nächsten Programmhöhepunkt ein, die Schaukämpfe der Ninjutsu-Gruppe. Ninjutsu ist eine japanische Kampfkunst. Sie wird auch „Die Kunst des ausdauernden Herzens“ genannt, weil Geduld, Ausdauer und Selbstdisziplin zu den entscheidenden Tugenden der Ninja gehörten. Die Kunst des Ninjutsu's basiert heute auf den ursprünglichen Motivationen: die persönliche Erleuchtung und eine Harmonie zwischen Seele, Geist und Körper zu erlangen.

Unsere Ninjutsu-Gruppe führte den staunenden Besuchern sowohl verschiedenste waffenlose Schlag- und Tritttechniken als auch atemberaubende Stockkampfübungen vor. Wichtige Bestandteile des waffenlosen Trainings sind dabei die Fall- und Bewegungsübungen, sie bilden die Grundlage für den Kampf mit der Waffe. Besonderes Merkmal des Ninjutsu ist es, dass man durch geschicktes Bewegen des Körpers und Einsatz des Körpergewichts den Gegner überwindet, anstatt zu versuchen, mit Kraft gegen Kraft und mit Schnelligkeit gegen Schnelligkeit zu kämpfen. Teil des Trainings sind daher neben Schlag-, Tritt- und Griffabwehren auch Verteidigungsmöglichkeiten gegen Angriffe mit Waffen oder von mehreren Gegnern.



Auch wenn das Training für alle Altersgruppen und alle Geschlechter geeignet ist, konnten wir bei der Ninjutsu-Vorführung ausschließlich Männer bewundern. Die Zumba-Vorführung wurde dagegen von der Damenwelt dominiert. Zumba verbindet verschiedene Elemente aus feurigen lateinamerikanischen Rhythmen und heißen Tanzschritten mit Elementen aus dem Fitness und Intervalltraining. Dabei muss man nicht tanzen können und es muss auch keine perfekte Choreographie einstudiert werden - hier ist eher Party angesagt als Fitnesskurs. Da fangen die Füße schon bald an zu kribbeln und wollen mitmachen.

Neben den Vorführungen auf der Festwiese wurden in der Turnhalle den ganzen Nachmittag über weitere Sportarten, wie etwa Tischtennis und Prellball, präsentiert und zum Mitmachen eingeladen. Von diesem Angebot wurde rege Gebrauch gemacht. Besonders beim weniger bekannten Prellball war die Neugier der Besucher groß.



## Turnerschaft „Jahnvolk“ 1881 e.V.

Nach Abschluss des offiziellen Programms mit Spiel und Spaß für Kinder, Vorführungen und Mitmachangeboten wurde zu guter Musik auf der Festwiese auch noch das Tanzbein geschwungen.

Bei lauen sommerlichen Temperaturen und einem abwechslungsreichen kulinarischen Angebot haben sich die letzten Gäste erst weit nach Mitternacht auf den Heimweg gemacht. Ein wunderbares, rundum gelungenes Fest ging zu Ende.



Nicht vergessen werden sollte an dieser Stelle das große Engagement der vielen, an der Vorbereitung und Durchführung des Festes beteiligten Vereinsmitglieder. Ohne Euch hätte das alles nicht funktioniert. Hierfür ein herzliches Dankeschön an alle!

Der Vorstand der Turnerschaft Jahnvolk