

Warum ausgerechnet Ringen?

Ringen ist eine der ältesten Sportarten der Welt und hat nichts mit dem amerikanischen Wrestling zu tun. Bereits Pythagoras war ein begnadeter Ringer, genauso wie Platon und Aristoteles. Auch in der heutigen Zeit ist Ringen eine beliebte Sportart.



Gerade beim Ringen lernen Kinder, sich ohne Berührungsängste anzufassen, sich zu achten und natürlich miteinander umzugehen. Es wird gehoben, angefasst und geklammert.

Dieser ständige Körperkontakt im Training sowie im Wettkampf nimmt die Scheu vor der Berührung mit anderen Menschen und trägt zur Persönlichkeitsentwicklung bei.



5 kinderleichte Gründe für's Ringen

1. Ringen trainiert zugleich Körper und Geist.
2. Es liegt in unserer Natur, die Kräfte zu messen.
3. Ringen macht geschickt, kräftig und bewegungssicher.
4. Ringen erzieht, wie kaum ein anderer Sport, zur Fairness.
5. Ringen fördert das soziale Verhalten.



Trainingszeiten der Jugend

(in den Ferien gelten andere Zeiten)

Montag

17:45 bis 19:30 Uhr

Wolfbusch-Sporthalle Weilimdorf

Donnerstag

17:45 bis 19:30 Uhr

Wolfbusch-Sporthalle Weilimdorf

Zahlreiche Physiotherapeuten bestätigen die positive Wirkung des Ringens auf die ganzheitliche körperliche Entwicklung.

Ansprechpartner

Jugendleitung

Ingo Bohn 071150887236

Markus Laible 071191290718

Vorsitzender Förderverein

Gerhard Grohs 07118874617

Kleine Regelkunde

Wir unterscheiden zwischen zwei Stilarten: dem FREISTIL und dem GRIECHISCH-RÖMISCHEN Stil.

Im Freistil sind Griffe am ganzen Körper, das heißt vom Kopf bis zur Fußsohle, erlaubt. Beim griechisch-römischen Stil dürfen dagegen nur Griffe oberhalb der Gürtellinie angesetzt werden.



Jugendringen bei der SG Weilimdorf



Das ZIEL beim Ringen ist es, seinen Gegner auf beide Schultern zu legen bzw. ihn mittels der verschiedenen Techniken per Punkunterschied zu besiegen.

Verboten sind alle Aktionen, die die Gesundheit des Ringers gefährden können: Schlagen, Treten, Würgen, Überdehnen der Gelenke, das Fassen einzelner Finger oder das Ziehen an Haaren. Außerdem darf der Gegner nicht zwischen Augenbrauen und Mund gefasst werden.

