

So funktioniert Sport wie ein Computerspiel

„Sportstation“ wendet digitale Programme bei Trainingsmethoden an. Übungen werden belohnt und nach individuellen Fähigkeiten ausgerichtet

BURKHARD FUCHS

KREIS PINNEBERG :: Dieses neue digitale Sportgerät könnte das Training in vielen Sportvereinen revolutionären und ihnen helfen, ihre Nachwuchssorgen zu beheben. So bietet der Kreissportverband jetzt allen Vereinen an, das „Sportstation“-System für ihre Trainingszwecke auszuleihen. Dieses hat der ehemalige Tennislehrer Alexander Paes aus Köln mit IT-Spezialisten entwickelt, um Kinder und Jugendliche fort von Computer und Playstation zu holen und sie zu sportlicher Aktivität zu bewegen.

„Je 100 Sportvereine und Schulen nutzen dieses Programm bereits“, sagt der Tüftler und Unternehmer, dessen Firma in Fürth sechs Mitarbeiter beschäftigt. „Die ‚Sportstation‘ holt die digital affinen Kinder und Jugendlichen dort ab, wo sie meist anzutreffen sind, an ihren Computern und Smartphones, auf denen sie Computerspiele spielen.“ Und da komme es oft darauf an, bestimmte Prüfungen zu bestehen, Sterne zu sammeln und das nächste Level zu erreichen. „Genau diese Anreize biete nun auch das ‚Sportstation‘-System“, erklärt Paes.

Auf diese Weise kann ein bislang eher unsportliches Kind plötzlich ungeahnte Siegchancen haben.

Alexander Paes, Entwickler des Trainingsgeräts „Sportstation“

Für die Nutzer gehe es weniger darum, Höchstleistungen zu schaffen als vielmehr ein vorher gestecktes Ziel zu erreichen. So könne beim Schul- oder Vereinssport ein Laufparcours angelegt werden, den jeder Schüler oder Sportler in einer für ihn möglichen, individuellen Zeit zu absolvieren hat. Kommt er oder sie dieser Zeit möglichst nahe, wird er auf dem Display mit dem grünen Bereich und mehreren Sternen belohnt, die ihn bald ins nächste Level bringen. Wer zu schnell oder langsam ist, bleibt im roten Bereich.

„Auf diese Weise kann ein bislang eher unsportliches Kind fast wie durch ein Wunder zum Sportliebhaber werden, weil es plötzlich ungeahnte Siegchancen hat gegen die sonst so sportlichen Mitschüler“, erklärt Paes, da es nicht mehr auf das Tempo, sondern das Erreichen des gesteckten Zieles ankäme. „Kinder und Jugendliche, die sonst überhaupt kein Bock auf Joggen haben, hören plötzlich nicht mehr auf zu laufen“, hat der Spieleentwickler festgestellt. „Sie laufen wie verrückt, nur um das nächste Level zu erreichen.“

Das „Sportstation“-System macht sich die Anreize der Computerspiele zu Eigen. Sogar ihren eigenen Avatar können die Sportler sich wählen, jederzeit ihre bisherigen Ergebnisse anzeigen lassen, die sie immer weiter zu optimieren versuchen.



Dynamisch geht es in die Proberunde: Christa Nordwald (KSV Pinneberg) testet die „Sportstation“ – ein digitales Laufprogramm für individuelle Trainingsmethoden. Entwickler Alexander Paes (v.l.), Jessica Wiekhorst (KSV Pinneberg), Uwe Altemeier (Vorstand EMTV) und Mark Müller (KSV Pinneberg) schauen zu und bereiten sich mental auf ihre eigenen Läufe vor.

FOTOS: BURKHARD FUCHS (3)

Diese Art, dass jeder nach seinen Fähigkeiten läuft, was auch inklusiven Sport für gehandicapte Menschen möglich macht, sei aber nur eine Variante des „Sportstation“-Systems, betont Paes. Es ermögliche bis zu 50 verschiedene Trainingsmethoden, die insbesondere im Hand- und Fußball sowie der Leichtathletik angewandt werden können. „Da können die Handballer ganz bestimmte Lauf- und Passwege trainieren und dazu jeweils auch die Zeiten stoppen, die sie fürs Passen und Laufen brauchen.“

Auch die Reaktionsfähigkeit der Sportler lasse sich ganz einfach studieren und verbessern, wobei der Trainer noch nicht einmal dabei sein müsse, sondern die Ergebnisse von jedem einzelnen in Echtzeit auf seinen Laptop anzeigen und speichern und so aus der Ferne jederzeit Tipps und Ratschläge für Verbesserungen geben könne, erklärt Paes. Mit einem elektronischen Impuls löst das Armband des Sportlers bei Start und Ziel das individuelle Programm aus und hält das Ergebnis fest.

„Dieses System macht sich zunutze, wie Kinder heute lernen, indem es die digitale Welt in die sportliche Aktivität bringt“, ist Diplomsporthlehrerin Christa Nordwald vom Kreissportverband Pinneberg recht angetan. Damit ließen sich motorische Fähigkeiten ganz individuell trainieren wie Sprungkraft, Laufen, Slalom oder Schnelligkeit. „Der Reiz ist enorm, weil es das Selbstbelohnungssystem anspricht und so die Kinder und Jugendlichen zum Mit- und Weitermachen motiviert“, sagt Christa Nordwald. „Das ist pädagogisch sehr wertvoll, weil es auch dem inklusiven Sport ganz neue Möglichkeiten verschafft.“

Sie und ihre Kollegen vom Kreissportverband haben das Gerät mit wachsender Begeisterung in der EMTV-Halle ausprobiert. Der KSV hat ein Gerät angeschafft, das er nun den Vereinen ausleihen werde, was Geschäftsführer Karsten Tiedemann an seine Anfangszeit in den 1980er Jahren erinnert. „Da haben wir analoge Sportgeräte oft an die Vereine ausleihen, die sich diese teuren Geräte nicht leisten konnten. Das kehrt nun in gewisser Weise im digitalen Zeitalter zurück“, sagt Tiedemann, fast etwas erstaunt. EMTV-Vorstand Uwe Altemeier,



Ex-Tennislehrer Alexander Paes hat mit Computerspezialisten das „Sportstation“-Gerät entwickelt, das wie ein Computerspiel funktioniert und individuelle Trainingsmethoden ermöglicht. Es misst Ergebnisse und belohnt.



So zum Beispiel sieht die optische Umsetzung einer Laufaufgabe aus.

der auch dem KSV-Vorstand angehört, hat es jetzt als erstes für seinen Verein ausgeliehen. Aber auch andere Vereine sollen sich dieses „Sportstation“-System kostengünstig für ihre Zwecke anschaffen können.

Darum bietet die Bürgerstiftung der VR Bank in Holstein dafür ihre finanzielle Unterstützung an, sagt Geschäftsführerin Bettina Fischer. „Wir wollen etwas Gutes für die Kinder und Jugendlichen tun und sie von den Computern wegholen.“ So werde die Bürgerstiftung bei der Anschaffung dieser Geräte 15 Prozent

der Kosten tragen. „Weitere 65 Prozent übernimmt der Landesportverband, der diese Förderung aus dem Digitalisierungsprogramm des Bundes speist“, erklärt KSV-Chef Tiedemann. „Der Verein muss dann nur noch 20 Prozent selber tragen.“ Das Förderprogramm gebe es noch bis Ende des Jahres, allerdings nur bis zu einer Höchstsumme. „Die Unterstützung der Bürgerstiftung läuft Ende Mai aus“, sagt Bettina Fischer. Sie geht davon aus, dass mindestens 32 dieser rund 6000 Euro teuren Geräte für Vereinszwecke gefördert werden können.