



Jonas Weidemann beim sogenannten Slacklining im Tiergarten. Im Hintergrund die Siegessäule

SLACKLINING

**WELT AM SONNTAG: Was mögen Sie am Slacklining?**

**JONAS WEIDEMANN:** Es wirkt anfangs unglaublich schwierig, aber es stellen sich sehr schnell Erfolge ein. Erst schafft man es aufzustehen, dann macht man ein paar Schritte und plötzlich kann man die komplette Line überqueren. Wenn man einmal angebissen hat, ist es schwer wieder aufzuhören.

**Welche Ausrüstung braucht man?**

Es genügen eine Slackline, ein Spannelement und ein Baumschutz, um die Rinde nicht zu beschädigen. In den meisten Starter-Sets ist das schon komplett.

**Was sind die ersten Schritte?**

Man spannt die Slackline am besten auf acht Metern Länge und Kniehöhe. Zu Beginn stellt man sich parallel zur Line, setzt einen Fuß darauf, dann steigt man mit dem anderen Fuß auf und nimmt die Hände zum Balancieren über die Schultern. Der Blick soll nach vorn gerichtet sein. Das probiert man so lange, bis man auf der Line stehen kann.

**Wo kann man gut slacklinen?**

Solange sich zwei Bäume im Abstand von acht und 15 Metern befinden, kommt jeder Park in Berlin infrage. Im Volkspark Friedrichshain treffen sich viele Slackliner.

**Kurioses Slackline-Erlebnis?**

Ein Freund war mal der Meinung, er müsste nackt auf die Slackline gehen. Das ist aber eher unüblich.

# Spiele ohne Grenzen

Schon interessant, was manche Menschen in den Parks der deutschen Hauptstadt so tun. *Jennifer Hinz* hat zugeschaut und nachgefragt

SPEEDBADMINTON

**WELT AM SONNTAG: Was sind die Vorteile gegenüber Tennis und Badminton?**

**DANIEL GOSSEN:** Man braucht kein Netz. Man kann das Feld sehr einfach und schnell aufbauen. Außerdem kann man es fast überall spielen. Du kannst den Gegner direkt anvisieren, weil kein Netz in der Mitte ist, was den Ball stoppen kann. Das Spiel wird dadurch sehr schnell. Es heißt ja nicht umsonst Speedbadminton.

**Wie lange dauert es, bis ein Spielfluss aufkommt?**

Wer Federball spielen kann, hat auch gute Chancen, relativ schnell Ballwechsel herzustellen, die über zehn bis 20 Kontakte gehen.

**Wo spielst du am liebsten?**  
Auf Sand! Es gibt Turniere, beispielsweise in Portugal, da spielt man dann am Strand mit dem Meer in Hintergrund. Das ist eine Traum-Location. Draußen, Sand, Meer, das Beste, was einem passieren kann.



Daniel Gossen in der Hasenheide



Thomas Pregel im Körnerpark

INDIACA

**WELT AM SONNTAG: Indiaca hat optisch viel mit Beachvolleyball gemein.**

**THOMAS PREGEL:** Ja, aber der Ball ist viel kleiner und handlicher. Da man nicht mit den Fingerspitzen spielt, sondern mit der ganzen Handfläche, ist das Verletzungsrisiko viel geringer. Und der Ball ist leichter zu beherrschen. Man lernt Indiaca recht schnell.

**Wo spielen Sie am liebsten Indiaca?**

In der Halle. (lacht) Weil man da eine Dusche hat. Wenn's gut läuft und wirklich lange Ballwechsel entstehen, kommt man auf sehr schöne Art ins Schwitzen. Je nachdem wie gut es gelaufen ist, kann es auch mal einen Muskelkater geben.

**Und draußen?**

Wir haben immer gern im Tiergarten vor der Beamtenschlange gespielt. Man hat dort viel Freifläche und kommt den Leuten, die etwa auf der Wiese liegen, nicht in die Quere. Aber eigentlich funktioniert jeder Park.

**Der Indiaca-Ball wirkt ein bisschen fragil.**

Man sollte den Ball nur nicht immer an den Federn anfassen, die können brechen. Ansonsten ist er recht robust und braucht wenig Pflege.

KUBB

**WELT AM SONNTAG: Wie sind Sie auf Kubb gekommen?**

**FAMILIE KREUZBERG:** Vor fast genau sechs Jahren haben wir bei einer Freundin im Garten zum ersten Mal Kubb gespielt. Und schon hatte uns das Kubb-Fieber gepackt.



Familie Kreuzberg im Bürgerpark Pankow

**Keine Anfangsschwierigkeiten?**

Man beherrscht Kubb eigentlich sofort. Im Grunde muss man nur mit dem runden Holz auf das Eckige werfen. Also die gegnerischen „Kubbs“ und dann den König treffen. Man kann sich jahrelang mit dem Spiel beschäftigen und findet immer mehr Feinheiten. Es wird nie langweilig.

**Wer kann Kubb spielen?**

Das Tolle an dem Spiel ist, dass jeder von etwa acht bis 99 Jahren mitspielen kann. Als Familie spielen wir auch als Mannschaft. Außerdem treffen wir neue Leute, wenn wir gegen andere Familien oder Mannschaften spielen. Dadurch lernen wir auch immer wieder neue Regeln.

CROSSBOCCIA

**WELT AM SONNTAG: Wie bist du zum Crossboccia gekommen?**

**RALF BRÜSER:** Das war durch meinen Freundeskreis und durch die Uni. Crossboccia wurde an der Uni Wuppertal, wo ich studiert habe, erfunden. Und jetzt bin ich seit fünf Jahren dabei.

**Was ist der Unterschied zum normalen Boccia?**

Man spielt dreidimensional und braucht keine gerade Bahn. Es gibt die Möglichkeit über eine Bande, beispielsweise eine Häuserwand, zu spielen oder Hö-



Im Monbijoupark, Ralf Brüser

henunterschiede ins Spiel einzubauen. Berlin selbst ist ein riesiger Outdoor-spielplatz, der sich für Crossboccia geradezu anbietet.

**Was ist das Besondere an den Bällen?**

Sie sind sehr leicht, lassen sich leicht transportieren und sie schwimmen auch auf dem Wasser. Überall zu spielen, wo man gerade Lust hat, das macht denn auch den Reiz aus. Die Bälle gibt es mittlerweile im Internet und in Sportläden.

ANZEIGE



MELANIE BIENROTH // SPA-ROSA WOHLFÜHL-EXPERTIN



## UMHÜLLT VON GASTFREUNDSCHAFT.

AUF EINER GESAMTFLÄCHE VON ÜBER 15.000 m<sup>2</sup> HABEN MEHR ALS 100 HOCHQUALIFIZIERTE SPA-ROSA WOHLFÜHL-EXPERTEN TAG FÜR TAG NUR EIN ZIEL: IHR WOHLBEFINDEN.

A-ROSA ZUM KENNENLERNEN // z. B. im A-ROSA Scharmützelsee

- 2 Nächte im DZ mit VitalFrühstück & A-ROSA Buffet am Abend
- 1 entspannende SPA-Anwendung (30 Min.)
- Freie Nutzung des SPA-ROSA

Buchbar bis 21.12.2013 (außer feiertags). Anreise täglich möglich, ggf. saisonale Zuschläge, limitiertes Kontingent

ab 295 €

PRO PERSON IM DOPPELZIMMER

Buchung auf [www.a-rosa.de](http://www.a-rosa.de), im Reisebüro oder unter 040-69 63 52 33-9

**AROSA**  
RESORTS & HIDEAWAYS

SYLT TRAVEMÜNDE SCHARMÜTZELSEE KITZBÜHEL

A-ROSA Resort und Hotel GmbH // Am Kaiserkeil 69 // 20457 Hamburg