

## Die Geschichte des Trampolinspringens

Das Trampolinturnen hat seinen Ursprung in den USA. Dort bauten L. Grisworld und George Nissen 1928 das erste Trampolin. Es diente zunächst ausschließlich der Unterhaltung. George Nissen, ein Mitglied der Artistengruppe "Leonardos", entwickelte 1939 ein eigenes Gerät und ließ es patentieren. Nissen wurde damit zum Wegbereiter des Trampolinturnens.

1947 fand der erste Trampolinwettkampf in Dallas / Texas statt.

1951 hatte in Deutschland Albrecht Hurtmanns in Süchteln (bei Krefeld) eine erste "Wurfmaschine" gebaut. Ein Gestell aus Eisenrohren, das Tuch aus Rolladengurten vernäht und mit Fahrradschläuchen gespannt, diente es in seinem Verein ASV Süchteln als Sprunggerät.

1953 entwickelte Dr. Heinz Braecklein in Leipzig (DHfK) ebenfalls ein Trampolin, und zwar als Trainingshilfsgerät für Wasserspringer.

1955 konstruierte Alfred Gockel aus Altenessen zunächst ein erstes, instabiles Modell aus Holz. Die weiterentwickelte metallene "Hüpfanlage" stand dann in seinem Garten.

1956 wurde das erste Trampolin nach Europa gebracht, erster Abnehmer war ein Schweizer.

1958 wurden die schon professionellen amerikanischen Geräte zum Deutschen Turnfest in München u.a. durch Nissen (USA) vorgestellt und damit begannen die "Träume vom Fliegen"

Doch zunächst wurden die Anträge der jungen Disziplin auf Mitgliedschaft im Internationalen Turnerbund FIG 1959 und 1961 abgelehnt. Auf einem Weltkongress des Internationalen Turnerbundes wurde 1959 das Trampolinturnen als selbständige Sportdisziplin anerkannt.

1959 fand der erste Lehrgang an der Deutschen Turnschule in Frankfurt statt sowie der erste offizielle Deutsche Wettkampf (mit Studierenden aus Freiburg und Köln).

1960: Erste Deutsche Einzel- und Mannschaftsmeisterschaften.

1964 kam es auf Initiative des Deutschen Turner-Bundes (DTB) zu einem Treffen aller Trampolin-Nationen in Frankfurt/Main: Daraus wurde die Gründungsversammlung des Internationalen Trampolin-Verbandes FIT. Die ersten Mitgliedsländer waren: Belgien, Großbritannien, Schweiz, Niederlande, Südafrika, Luxemburg, USA und Deutschland. Heute sind 41 nationale Landesverbände angeschlossen.

1964 erste Weltmeisterschaften in London sowie Deutsche Synchronmeisterschaften.

1965 erste Weltmeisterschaft im Synchronturnen.

1969 erste Europameisterschaften in Paris im Einzel- und Synchronturnen.

1974 wurde die Bundesliga mit dem entsprechenden Unterbau eingerichtet.

Am 1. September 1997 beschloss in Lausanne (SUI) das Int. Olympische Komitee endgültig die Aufnahme der Trampolin-Einzelkonkurrenzen in das offizielle Programm der Olympischen Spiele 2000 in Sydney. Seither ist Trampolinturnen olympisch.

## Was ist das Besondere am Trampolinspringen?

- Was ist so toll am Trampolinturnen?
  - ➔ Es ist wie Fliegen, man ist schwerelos, es ist aufregend (der "Kick")
  
- Was ist so schwierig am Trampolinturnen?
  - ➔ Die Kombination von vielen und schnellen Salto- und Schraubendrehungen stellt hohe Anforderungen an Koordinations- und Konzentrationsvermögen.
  
- Auch Kraft ist nötig, besonders: Beine (Schnellkraft, Plyometrik), Bauchmuskeln, Rückenmuskeln.
  
- Was ist das Besondere am Trampolinturnen?
  - ➔ Mut: aus bis zu 8m Höhe eine Fläche von 4m mal 3m treffen, 10 mal hintereinander
  - ➔ Kraft: Sprunghöhe wird gegen die Schwerkraft erreicht
  - ➔ Schnelle Bewegungen bei Mehrfachsalti und Schrauben
  - ➔ Schnelle Folge der Teile, kaum Ruhepunkte
  - ➔ Konzentrationsfähigkeit erforderlich
  - ➔ Eleganz: Haltung wird 3 mal so stark bewertet wie Schwierigkeit
  
- Was fasziniert die Zuschauer?
  - ➔ Rasant
  - ➔ Eleganz
  - ➔ Ungewöhnlich („Ich könnte das nicht!“)
  
- Was fasziniert Aktive?
  - ➔ Schwerelosigkeit
  - ➔ Der „Kick“
  - ➔ Jedes Training ist neu, einzigartig und die körperliche Bewegung macht Spaß