

Horwich Leisure Centre – Ein sportlicher Praktikumsbericht aus dem Ausland

Hallo, ich bin Till [Name] und ein großer Sportfan. In meiner beruflichen Zukunft habe ich mich immer in sportlichen Feldern gesehen und wollte mein Hobby so weit wie möglich in meinen Alltag einbringen. Als es in der Schule das Angebot zum Teilnehmen an einem Auslandspraktikum in Bolton der Partnerstadt meiner Heimat Paderborn gab, war ich direkt begeistert. In Vorbereitung auf unser Praktikum haben wir uns wöchentlich getroffen und konnten uns unsere Betriebe aussuchen. Ich habe mich damals für das Horwich Leisure Centre entschieden. Es ist eine Kombination aus Schwimmbad, Fitnessstudio und Sporthalle. Ich habe Ähnliches in Deutschland noch nie gesehen. An meinem lang erwarteten ersten Praktikumstag wurden mir die Räumlichkeiten sowie die Mitarbeiter und die Geräte vorgestellt. Anschließend wurde mir der grobe Plan für meine sieben Tage erklärt. An den ersten drei Tagen war ich mit den „Liveguards“ am Pool unterwegs, Anschließend habe ich an der Rezeption und Administration gearbeitet und an den letzten beiden Tagen die persönlichen Trainer begleitet. Über meine Tätigkeiten und Erlebnisse, Erfahrungen mit den Kunden und dem Personal, Eindrücke/ Highlights und schlussendlich, was ich mit nach Paderborn nehmen konnte, habe ich Buch geführt und werde jetzt von meinen einzelnen Aktivitäten im Horwich Leisure Centre erzählen.



Tag 1 Möglichkeiten

Am ersten Tag wurden alle Schüler von einer mitgereisten Lehrerin an den einzelnen Betrieben abgesetzt. Zunächst begrüßte mich Victoria. Sie ist mit den Lehrerinnen, die für die Bolton Fahrt verantwortlich sind, in Kontakt getreten und war für meine Berufserfahrung essenziell, da sie über die sieben Tage auch meine Ansprechpartnerin war. An dieser Stelle möchte ich mich persönlich bei Victoria für das Möglichmachen meiner schönen und lehrreichen Zeit im Horwich Leisure Centre bedanken. Anschließend hat mir ein Rettungsschwimmer das Horwich Leisure Centre gezeigt und ist mit mir die Tätigkeiten, die ich wahrnehmen durfte, durchgegangen. An diesem Tag habe ich mit ihm die Handbücher der Rettungsschwimmer grob studiert, sodass ich anschließend mit am Becken gestanden habe. Anschließend wurde mir mitgeteilt, dass ich spontan am Training der Rettungsschwimmer teilnehmen durfte. Somit habe ich meine Schwimmhose und Handtuch (am nächsten Tag) mitgenommen, um zu Trainieren.

Tag 2 Training

Vor diesem Tag war ich sehr nervös, denn mir wurde mitgeteilt, dass ich mit Kleidung schwimmen würde. Etwas, das ich davor noch nie gemacht habe. Ich habe auch noch nie jemanden aus dem Wasser gerettet. Für das Training wurde ein „Liveguard trainer“ zum Centre gerufen. In einer Gruppe aus 7 Rettungsschwimmern haben wir uns zunächst aufgewärmt und sind ein paar Bahnen langsam und immer schneller werdend geschwommen. Danach haben wir die Anderen aus dem Wasser geschleppt und die Standardprozedur durchgeführt. Die Rettungsschwimmer müssen für alle möglichen Notfälle vorbereitet sein. Sie trainieren einmal

im Monat in einem Programm, sodass sie jeden Monat verschiedene Verletzungen oder Szenarien proben. Mit mir haben sie Kopf- und Wirbelverletzungen geübt. Essenziell ist bei jenen Verletzungen das Stabilisieren des Nackens und das Nichtbewegen des Kopfes. Wir haben verschiedene Techniken und Hilfsmittel, wie z.B. Tragen und Ringe erprobt. Ich konnte auch zwischendurch das Opfer spielen und dabei erfahren, wie sie vorgehen und arbeiten. Als wir mit dem praktischen Teil fertig waren, gab es eine Art Erste-Hilfe-Kurs, der auf das Horwich Leisure Centre zugeschnitten war, sodass wir Fluchtwege, Fluchtpläne, bestmögliche Versorgung von Verletzten und generelle Erste Hilfe erlernten/ wiederholten.

Tag 4 Alle Altersgruppen

Tag vier war, einer meiner Highlights, da ich die tatsächliche Diversität im Horwich Leisure Centre kennenlernte. Am Morgen habe ich einen Trainer der ein „Mobility Training“ für Menschen mit Vorerkrankungen, wie Herzattacken angeboten hat besucht. In diesem Kurs dreht es sich viel eher um den sozialen Aspekt von Sport, als um das harte Trainieren wie vielleicht ein Stockwerk höher im Fitnessstudio mit vorwiegend Teenagern. Ich habe mit vielen Rentnern gesprochen und konnte viele schöne Erinnerungen teilen und machen. Die Übungen waren wenig anspruchsvoll; genügten jedoch völlig und sorgten bei den älteren Herrschaften für ein guten Ausgleich.



Am Nachmittag dann war ich bei einer Schulkasse im Schwimmunterricht und habe erleben dürfen, wie Kinder ihre ersten Bahnen ziehen, das Schwimmen erlernten, sie waren frustriert, weil es beim zweiten Mal immer noch nicht geklappt hat, Aber am Ende mit strahlenden Gesichtern in die Umkleiden verschwunden, weil sie doch ein wenig weiter gekommen sind als noch letzte Woche. Die unterschiedlichen Lerngeschwindigkeiten waren hierbei die größte Herausforderung, da der Erfolg bei dem einen Kind die Frustration bei anderen auslösen konnte. Die Erfahrung hat mich definitiv geprägt und gezeigt, wie wichtig das Erlernen von Disziplin ist. Der Tag hat mir gezeigt, das sportliche Aktivität kein Alter hat und dass jeder in der richtigen sozialen Gruppe über sich hinaus wachsen kann ob Klein oder Groß.

Fazit

Das Praktikum in Bolton Horwich hat mir gezeigt was es bedeutet mit Menschen zu arbeiten, die dieselbe Leidenschaft teilen, Eine Erfahrung, für die ich ewig dankbar sein werde. Auch hat es mir die Augen geöffnet, denn Rettungsschwimmer sitzen nicht nur auf einem Stuhl und bräunen sich. Nein, sie sind echte Helden, die Leben retten und ihr eigenes Wohlergehen hintenanstellen. Die Menschen, mit denen ich arbeiten durfte, waren stets freundlich und haben mir geholfen zu verstehen, zu lernen und zu wachsen.

Dies wäre ohne die Elena Bleß-Stiftung nicht möglich gewesen. Daher spreche ich großes Dankeschön für die finanzielle Unterstützung meiner Berufserfahrung in England aus.