

Rückmeldung zum SKEMA Kurs an der Schule

Oberstufe Mittelrheintal Heerbrugg



Mit einer Gruppe Jugendlicher wagten wir es, den Kurs "Skema" in einer Sonderwoche anzubieten. Niemand von uns wusste so richtig, was Skema ist und darum war die Spannung umso grösser.

Wir wurden nicht enttäuscht, zwar fanden nicht alle den Trainingsort auf Anhieb (ist leicht von der Strasse versetzt), aber nachher lief alles wie am Schnürchen. Die Stimmung in der Skema-Schule ist einzigartig. Schon beim Eintreten spürt man, dass hier Leute mit Herz und Seele etwas aufgebaut haben. Die Farben des Regenbogens begleiten den Schüler auf allen Wänden. Für die Jugendlichen war es beeindruckend, wie diese „Sportart“ eben mehr als nur „Kampf“ ist. Sie spürten, dass es eine ganzheitliche Sache war und wurden auch zusehends ruhiger, gefasster – sicher auch deshalb, weil das Training einiges abverlangte.

Der Trainer, Ali Güldal, hatte die Gruppe in einer ruhigen, harmonischen Art im Griff und seine natürliche Autorität liess keine Rempelen aufkommen.

Am Ende der Sonderwoche war die Rückmeldung einhellig: Der Kurs war interessant, manchmal streng aber sicher so, dass man ihn auch im nächsten Jahr wieder anbieten sollte!

Carola Espanhol, OMR Heerbrugg, März 2010

SKEMA Kampfkunst & Gesundheit