

## Jung Und Fit Für Ihre Sache ...rekordverdächtig

200 Jungpfadfinder aus der ganzen Diözese erleben Aktionstag in Hagen

**Hagen** Rekordverdächtig war das, was den ganzen Tag am Samstag, den 10.9.2005 im Klostergarten der St. Elisabethgemeinde in Hagen lief: Rund 200 Jungpfadfinder hatten sich getroffen, um dort einen Aktionstag rund um das Thema Gesundheit zu erleben.

Angelehnt war der Juffitag an die aktuelle Jahresaktion der DPSG "*Kira Ruanda -Mehr Gesundheit für ein lebenswertes Leben*", in der es nicht nur um die Gesundheitssituation von Kindern und Jugendlichen in Ruanda geht, die stark unter den Auswirkungen der Krankheit AIDS leiden, sondern in diesem Jahr vor allen Dingen auch um Kinder und Jugendliche bei uns. Bewegungsmangel, Alkohol, Rauchen, Drogen, immer nur sitzen, zu dünn, zu dick, zu träge, zu gestresst, falsche Ernährung sind Schlagworte unserer Zeit, Krankheiten wie Magen- und Kopfschmerzen plagen schon viele Kinder und Jugendliche. Dafür die Augen zu öffnen und zu zeigen, dass Juffis fit sind und dabei jede Menge Spaß haben, das war das Ziel dieses Aktionstages.



Schon im Anfangsgottesdienst mit Diözesankurat Lars Hofnagel war Bewegung angesagt und neben der Schöpfungsgeschichte stand das JA zur eigenen Person im Vordergrund: Gott hat uns nach seinem Abbild so gemacht wie wir sind und gerade das macht uns einmalig.



Anschließend war vormittags zunächst eine Art "Trainingslager" zu absolvieren: Da gab es jede Menge Bewegung beim Teak won do, Seilchenspringen, beim Tanzen, Fitnessstests, einer Rückenschule sowie diversen Lauf- und Staffelspielen. Im Bereich der Ernährung konnten sich die Juffis bei der Iglo-Ernährungsausstellung ebenso über die Inhaltsstoffe unserer Nahrung informieren wie spielerisch unter der Überschrift: "Was ist in unserer Nahrung drin? - Inhaltsstoffe unter die Lupe genommen". Wahrnehmungsspiele rund ums Essen, dargeboten vom Diözesanarbeitskreis Behindertenarbeit ließen die Juffis jeweils schmecken, riechen, ein Bild in einem Spiegel malen, ein Geräusche- und Fühlmemory spielen und die Hagener Drogenberatungsstelle Prävention simulierte den Einfluss von Alkohol und Drogen auf unsere

Sinneswahrnehmung bei einem Bobbycarrennen. Natürlich war auch das Mittagessen mit viel Obst und Gemüse komplett auf gesunde Ernährung ausgerichtet.



Tanzen gehörte zu den beliebtesten Workshops im Trainingslager



"Na, wie beweglich bin ich?"



Auch Entspannung gehört zum Wohlbefinden dazu:  
Igelballmassage

Im Bereich Hygiene konnten die Juffis mit Hilfe einer Indikatorcreme ausprobieren, wie erfolgreich sie mit Seife ihre Hände waschen und welchen Unterschied geputzte und nicht geputzte Zähne machen bzw. erlernten die Grundlagen der richtigen Ersten Hilfe. Dass auch die richtige Entspannung zum Wohlbefinden beiträgt, erfuhren die Jungpfadfinder dann im Bereich Wellness, beim Mandalamalen, bei Massagen und Traumreisen ebenso wie in der Bücherecke.

Im Anschluss an dieses "Trainingslager" startete dann der eigentliche Rekordversuch. Die Hagener Entsorgungsbetriebe hatten dazu extra 30 Mülltonnen zur Verfügung gestellt und das Vorbereitungsteam hatte keine Kosten und Mühen gescheut, um den Record Inspector für German Records, Jörg Gastel, dazu zu veranlassen, persönlich vor Ort zu sein, um den Ablauf des Rekords zu überwachen.



interessierte Juffis beim Record Inspector: "Kommen wir jetzt ins Guinnessbuch?"



mit Helm ausgestattet, kann nicht viel passieren

Nach der ordnungsgemäßen Überprüfung der Mülltonnen startete dann das Mülltonnenrennen in der Kategorie zwei Personen ohne Deckel. Und die Juffis legten insgesamt mit jeder Menge Spaß 3266 Runden über den 48,871 m langen Parcours zurück, galt es doch, in weniger als 2 Stunden die insgesamt 143 km lange Strecke zurückzulegen, die einmal quer durch die Diözese alle Orte der teilnehmenden Stämme miteinander verband.

Manch einem Jugendlichen liefen dabei nicht nur die wenig fallenden Regentropfen, sondern dicke Schweißtropfen von der Stirn. Und nach dem Schlussignal und der amtlichen Auszählung der Runden waren die Juffis tatsächlich 159 km gelaufen! Rekord geschafft!!! Damit war für alle klar: Jungpfadfinder sind jung und fit für ihre Sache und ...rekordverdächtig, eben Juffis!



immer schön rund im Parcours:  
Mülltonnenrennen in der Kategorie  
"Zwei Mann ohne Deckel"