



## Slackline

### Von der Kleinkunst zu einer Sportart

Slackline kommt ursprünglich aus dem Klettersport und findet seit kurzer Zeit vermehrt Interesse in anderen Sportbereichen. Dabei kann das Balancieren auf der Leine als koordinatives Trainingsgerät oder als Funsport gesehen werden. Durch den hohen Aufforderungscharakter sind vor allem Kinder und Jugendliche, aber auch andere Altersgruppen schnell für diesen Sport zu begeistern.

Das Wort „Slackline“ wörtlich zu übersetzen führt in die Irre, denn Slackliner/-innen balancieren tatsächlich nicht auf einer „schlaffen Leine“, sondern auf einem elastischen, flachen Nylonband, das zwischen zwei Punkten so fest gespannt wird, dass man darauf gehen kann. Eben darin besteht auch die besondere Herausforderung beim Slacklining, denn die Line gibt unter dem Gewicht des Balancierenden nach, sodass dieser seine Bewegungen ständig ausgleichen muss.

Auf Slackfesten treffen sich Slackliner/-innen, um gemeinsam Lines zu spannen und zu begehen, Tipps und Tricks zum Aufbau, der Technik und zur Bewegung auszutauschen oder neue Techniken vorstellen. Außerdem dienen sie meist auch dazu, die noch relativ unbekannte Sportart vorzustellen und ihren Bekanntheitsgrad zu steigern.

## Stundenbeispiele zur Slackline

aus der Serie "Praktisch für die Praxis" 2011/2012