



**ERNST
LITFASS
SCHULE**

ARTIVITY



**interaktives Programmheft zur
Kreativshow**

am 24. Juni 2022

von Susann Wojciechowski

PROGRAMM

BEGRÜSSUNG



Chinesische Kampfkunst
von Wendy F. und der WenWu-Schule



Asana Yoga
mit Schüler/innen, Lehrer/innen und den „Gravity Crushers“

Quadrolon „Laufen, Rudern, Basketball-Shoot-Out, Speedklettern“
Schüler/innen gegen Lehrer/innen

Live Musik
mit Renat Pyzhof auf seiner e-Gitarre



Freerunning
von Max Bawey



Rollstuhlbasketball
mit André H., Anna J. und Mannschaft

PAUSE

Ebru Kunst
von Samira Zarabi und Mah Rukh Aman



Akrobatik
mit den „Gravity Crushers“

Großes Finale „Black Pearl“
erobert von Schüler/innen und Lehrer/innen



WENDY FUNG



WENDY FUNG

Buchbinderin und Chinesische Kampfkunstsportlerin



Wie bist du zu deiner außergewöhnlichen Sportart gekommen?

Meine Mutter wollte immer, dass meine Schwester und ich eine Kampfsportart erlernen, die aber keinen direkten Körperkontakt benötigt. So sind wir auf die chinesische Kampfkunst Wushu gekommen. Begonnen habe ich damals mit 4 Jahren und übe diesen Sport bis heute aus. Seit meinem 14. Lebensjahr bin ich auch als Trainerin tätig.

Was macht diesen Sport aus?

Wushu bedeutet „Kriegskunst“ und ist über 3000 Jahre alt. Es umfasst neben dem körperlichen und geistigen Aspekt auch eine volle Gesundheitslehre. Durch ein gymnastisches Programm, spezielle Konzentrations- und Atemübungen wird die Gesundheit stark gefördert. Für Wushu braucht man nicht nur Kraft, sondern auch Dehnung, Ausdauer, eine gute Körperbeherrschung und Disziplin.

Wie verlief eigentlich dein Werdegang an unserer Schule?

Ich bin von 2012 bis 2020 an der Ernst-Litfaß-Schule Schülerin gewesen. Begonnen hat hier alles in der OBF, dann habe ich die Ausbildung zur Medientechnischen Assistentin absolviert. Im Anschluss daran habe ich mir einen Ausbildungsbetrieb gesucht und die duale Ausbildung zur Buchbinderin durchgeführt. Zum Schluss habe ich dann in der BOS noch mein Abitur gemacht.

Ein beeindruckender Weg! Wohin soll deine Reise noch gehen?

Als nächstes möchte ich auf Lehramt Medientechnik und Mathematik studieren. Und vielleicht komme ich dann ja als Lehrerin an meine alte Schule zurück :-)



YOGA AG





Yoga und Akrobatik? Wie kommt es denn zu einer solchen Kombination und wie funktioniert das?

Oh, es gibt durchaus eine Sportunterart, die sich Akro Yoga nennt. Aber erst einmal von vorne. An der ELSe gibt es schon seit Jahren den Wunsch und das Angebot interessierten KollegInnen regelmäßig Yogastunden anzubieten. Zunächst kam zu diesem Zweck wöchentlich ein professioneller Yogi an unsere Schule. Mittlerweile ist auch unsere Kollegin Miriam Bittar ausgebildete Yogalehrerin und führt dieses Programm an unserer Schule nun weiter.

Auch in unserem Sportunterricht findet Yoga regelmäßig als eigenständige Unterrichtsreihe statt. Zur Kombination kam es nun, als uns auffiel, dass viele der von Miriam verwendeten Assanas (ruhende Körperstellungen im Yoga) durchaus eine „Etage“ höher durch die Kinder der Akrobatik AG umsetzbar erschienen. Dazu wird z.B. der „Baum“ nicht einbeinig auf dem Boden stehend durchge-

führt, sondern auf den Schultern der „Base“. Dadurch wirken die ohnehin zum Teil sehr anspruchsvollen Figuren noch spektakulärer.

Was erhofft ihr Euch von Eurer Performance bei der Show?

Zunächst wollen wir die Zuschauer mit unserem Auftritt begeistern und Ihnen aufzeigen wie attraktiv Yoga sein kann, egal wie alt oder beweglich man ist. Durch das abschließende ausrufen von „Om“, der heiligen Silbe im Yoga wollen wir das Experiment wagen und unser Publikum dazu animieren, uns mit ihrem eigenen „Om“ zu antworten. Dieses interaktive Experiment kann entweder zu einem großen Lacher werden, was durchaus ok ist, oder aber zu einer besonders tiefen Verbindung zwischen diesen beiden Gruppen führen.



MAX BAWEY



MAX BAWEY

Berufsschüler und Freerunner



Seit wann betreibst du Parkour bzw. Freerunning und wie bist du zu diesen Sport gekommen?

Ich mache seit über 13 Jahren Parkour und Freerunning und angefangen hat das ganze auf einem Spielplatz, wo ich mit einem Kumpel immer von den Klettergerüsten runter gesprungen bin und da haben wir uns gefragt ob man das nicht auch professionell angehen könnte. Dann haben wir uns über YouTube erstmal alles selber beigebracht und uns gegenseitig gepushed.

Was ist für dich das Besondere an deinem Sport?

Also warum ich mich letzt endlich für diese Sportart entschieden habe kann ich garnicht genau sagen. Was es aber besonders macht ist, dass man nichts braucht, um diesen Sport auszuüben. Und vorallem die Community ist sehr entspannt und hilft einem auch wenn man noch nicht so „krass“ ist.

Wie ist eigentlich dein schulischer Werdegang bislang bei uns verlaufen?

Also bisher ist mein Werdegang auf der Ernst-Litfaß-Schule genau so abgelaufen wie ich es mir vorgestellt habe. Sehr entspannt. Letztendlich will ich nach meiner Ausbildung eine Werbefirma gründen und von Flyer bis zu Webseiten alles anbieten weshalb ich ja auch erst Mediengestalter Schwerpunkt Print gemacht habe und jetzt nochmal Digital - um dann wirklich jede Art von Werbung produzieren zu können.

Was wünschst du deiner Schule und dieser Sporthalle für die Zukunft?

Ich wünsche der Schule nur das beste und der Halle natürlich auch. Denn mir haben sie geholfen das zu verwirklichen, was meine Zukunft bestimmt.



ANDRÉ HOBUSCH



ANDRÉ HOBUSCH

Orthopädieschuhmacher und Rollstuhlbasketballer



Wie bist du eigentlich zum Rollstuhlbasketball gekommen?

Durch meinen ehemaligen Sportlehrer Volker Krause. Der brachte mir gleich zur zweiten Sportstunde einen seiner eigenen Sportrollstühle als Leihgabe mit in den Sportunterricht. Dann habe ich mich mit Hilfe der damaligen Sozialarbeiterin erfolgreich um die Finanzierung eines eigenen Sportrollstuhls gekämpft. Volker Krause lud mich dann ein, bei ihm im Verein Pfeffersport Rollstuhlbasketball zu spielen.

Was ist das Besondere am Rollstuhlbasketball?

Die Besonderheit ist, dass jeder mitspielen kann – ob nun gehandicapt oder eben nicht. Wir nennen die dann „Fußgänger“. Damit es fair verteilt bleibt, wird jeder Spieler nach seinem Behinderungsgrad mit Punkten klassifiziert. Jedes Team darf dann nur eine gewisse Anzahl an

„Punkten“ auf das Spielfeld bringen. Dadurch entsteht eine fehlerfreie Inklusion.

Wie war deine Zeit an der ELSe?

Ich habe damals erfolgreich die einjährige OBF durchlaufen mit der Überlegung im Anschluss mein Fachabitur zu absolvieren, da ich vor meinem Unfall (2011) im Handwerk war, war es mein größter Wunsch dieses wieder zu tun.

Wie ging es dann beruflich und sportlich für dich weiter?

Ich suchte mir einen Ausbildungsplatz und seit 2018 bin ich gelernter Orthopädieschuhmacher, spiele nebenbei immer noch Rollstuhlbasketball und bin stark am überlegen, was ich noch machen möchte.



We are Limitless



ANNA JAKOWSKI



ANNA JACKOWSKI

Mediengestalterin und Rollstuhlbasketballerin



1. Wie bist Du zum Rollstuhlbasketball (RBB) gekommen, obwohl Du doch eigentlich laufen kannst?

Ganz lapidar gesagt: Durch meine Sportbefreiung. Herr Krause war mein Sportlehrer, ich war Berufsschülerin der ELSe und konnte nach einer erst kürzlich durchgeführten OP nicht am Sportunterricht teilnehmen.

Dann nahm alles seinen Lauf...

Herr Krause fragte mich, nachdem er erfuhr, dass ich Basketball spielte, ob ich nicht am RBB interessiert wäre. Aufgrund dieser und anderer orthopädischer OPs während meiner sportlichen Laufbahn, konnte ich kein Basketball mehr spielen. Rollstuhlbasketball wurde nun fester Bestandteil in meinem Leben.

Was macht diesen Sport aus oder so besonders und welche Erfolge konntest Du für dich bei der Ausübung verbuchen?

Wenn ich mich nicht irre, ist das die einzige Sportart bei der so viele unterschiedliche Behindere aufeinander treffen. Dies wiederum bedeutet in meinen Augen maximale Inklusivität und macht diese Sportart so unique. Für mich persönlich war es zu der Zeit die einzige Möglichkeit schmerzfrei Sport auszuüben. Mein Kampfgeist wurde somit geweckt. Da ich aus dem „normalen“ Basketball komme und dort bereits bis in die Regionalliga spielte, wollte ich selbstverständlich jede mir mögliche Möglichkeiten im Rollstuhlbasketball ausschöpfen. Ich spielte folglich bis zum B-National-Kader der Damen-Rollstuhlbasketball-Nationalmannschaft. Die Lehrgänge, Spiele, Turniere bleiben mir für immer in bester Erinnerung. Ich bin heute noch sehr dankbar für alle Erfahrungen, die ich machte und an denen ich wachsen durfte.



GRAVITY CRUSHERS



GRAVITY CRUSHERS

die Akrobatik AG an der ELSe



Volker Krause, Du bist Leiter der Kooperation zwischen der ELSE und dem SV Pfeffersport. Wie kam es dazu?

Inspiziert durch eine befreundete Leistungsakrobatin aus dem Sportstudium und der Schauturngruppe des Berliner Turnerbunds kam es zur Gründung dieser Sport AG an unserer Schule. Nach Auftritten im Berliner Bezirk Reinickendorf sprachen mich dann immer wieder Eltern von interessierten Kindern an und so kam ich auf die Idee, meine Schüler und die zumeist viel jüngeren Kinder zusammenzubringen. Der Sportverein war schnell gefunden, da ich in diesem nunmehr seit über 20 Jahren als Übungsleiter tätig bin.

Was ist das besondere an deiner Truppe?

Die Kids sind mittlerweile super ausgebildet. Meine Schüler steigen jedes Jahr neu ein, können ihre mangelnde Erfahrung aber gut über Kraft kompensieren. Besonders beeindruckend finde ich, wie gut und auf Anhieb diese unterschiedlichen Altersgruppen miteinander harmonieren. Das Größte ist, dass immer wieder Schüler noch Jahre nach ihrer Zeit an unserer Schule meiner AG treu bleiben und sich daraus auch Freundschaften entwickelten.

Was war das tollste, was Du in Deiner Truppe bisher erlebt hast?

Da gibt es viele wunderbare Momente.

Die Auftritte auf professionellen Bühnen und vor großem Publikum z.B. im Pfefferwerktheater, als wir zusammen mit Berufsartisten aufgetreten sind, die Zusammenarbeit mit Geflüchteten aus Syrien, die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen über Jahre begleiten zu dürfen und nicht zuletzt der Zusammenhalt und die Atmosphäre in dieser besonderen Gruppe.

Was wünschst Du Dir für die Zukunft dieser Schule und der AG?

Der Schule wünsche ich, dass sie sich ständig weiterentwickelt, innovative Prozesse anstößt und vorantreibt. Die Sporthalle bietet durch die neue Kletterwand und ihre Spinningräder bereits tolle Angebote. Ein weiterer Traum von mir wäre die Realisierung eines Bungee-Fitness Parcours.

Solange ich Schüler für Akrobatik begeistern kann, um Auftritte zu realisieren und in der Lage bin, werde ich diesen Sport als Trainer und Lehrer so lang wie möglich ausüben.

IMPRESSUM



**ERNST
LITFASS
SCHULE**

Ernst-Litfaß-Schule

OSZ Mediengestaltung und Medientechnologie

Cyclopstr. 1-5

13437 Berlin (Wittenau)

Tel: (030) 41 47 92 - 0

Fax: (030) 41 47 92 - 21

E-Mail: litfass@ernst-litfass-schule.de

Website: www.ernst-litfass-schule.de