

# «Sie sollten inmitten der Gesellschaft sein»

Von Stefanie Rohner

Seit fünf Jahren gibt Alessandro Aquino in der Wadokai Karateschule Rorschacherberg Unterricht für Menschen mit einer Beeinträchtigung. Schweizweit ist er der einzige, der solche Trainings gibt. In den «Bodensee Nachrichten» erläutert er, wie wichtig es wäre, diese Menschen noch mehr in die Gesellschaft einzubinden.



Die Karate-Truppe: Pasqual Meier, Leo Burgmeier, der Trainer Alessandro Aquino, Carla Gantenbein, Fabian Lehnerr, Robert D'Amico und Muriel Widmer. Lukas Brändle

Der Verein VGB in Rorschach trat vor fünf Jahren an Alessandro Aquino, da sie einen Selbstverteidigungskurs für Menschen mit einer Beeinträchtigung organisieren wollten. Daraus ist nun eine 23-köpfige Gruppe entstanden, die jede Woche ins Karate-Training in Rorschacherberg geht. «Bei mir gab es keinen separaten Selbstverteidigungskurs. Es ist zwar Teil des Trainings, aber Karate steht klar im Vordergrund», so Aquino.

### «Das Training wird dementsprechend angepasst»

Die Begeisterung der Teilnehmer war von Beginn an gross. «Die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer verpassen keine einzige Lektion, es sei denn, sie sind krank», freut sich Aquino. Er unterrichtet Kinder, Jugendliche, Erwachsene sowie eine Kinder- und eine Erwachsenengruppe mit Beeinträchtigung. «Es ist sehr vielfältig und macht grossen Spass. Das Training wird bei den Menschen mit Beeinträchtigung dementsprechend angepasst», so Aquino. Die Aufnahmefähigkeit der Menschen mit einer geistigen Einschränkung sei geringer und deswegen sei es wichtig, alle Schritte in kleinen Häppchen zu zeigen. «Nach zehn Minuten mache ich jeweils eine Pause, in der zur Auflockerung ein Spiel gemacht

wird. Danach ist die Aufmerksamkeit wieder voll da», so Aquino. Je besser er seine KursteilnehmerInnen kennengelernt hat, desto mehr kann er auf sie eingehen. «Im Umgang miteinander sind alle sehr rücksichtsvoll und vorsichtig», meint Aquino.

### Das Training als Ventil

Als er begonnen habe, mit den Menschen mit Beeinträchtigung zu trainieren, sei die Behinderung noch im Vordergrund gewesen. «Das alles rückte aber sehr schnell in den Hintergrund. Denn sie definieren sich durch viele positive Eigenschaften, durch Individualität und ich habe inzwischen Freundschaften knüpfen können. Meiner Meinung nach müsste man in der Schweiz viel mehr dafür sorgen, dass sie inmitten der Gesellschaft sind und am Alltag teilnehmen können», sagt Aquino. Der Karate-Lehrer sagt, manchmal würde auch Frust oder Müdigkeit mit ins Training gebracht werden – jedoch gehe es dann keine halbe Stunde und die Teilnehmenden würden wieder lachen. «Das Training ist ein gutes Ventil für alle. Bei uns wird viel gelacht, auch wenn der Sport ernsthaft ist», sagt Aquino. Er schätze die Direktheit und Offenheit der Gruppe, alles käme ungefiltert.

### In der Schweiz etablieren

Aquino hat zusammen mit zwei anderen Personen ausserdem den Verein «Karate für alle» gegründet. Dieser steckt noch in den Kinderschuhen und mitten in der Finanzierung. Ziel und Zweck des Vereins ist es, Menschen mit Beeinträchtigungen – geistige sowie körperliche – den Zugang zur Karatekampfkunst zu ermöglichen. «Ich bin guten Mutes, dass wir mit dem Konzept Erfolg haben. Wir möchten auch andere Karateschulen in der Schweiz dafür gewinnen», meint Aquino. In Italien und Deutschland seien solche Angebote seit Jahren weit verbreitet und erfolgreich – mit Tausenden von SchülerInnen. «Ich habe nur gute Erfahrungen gemacht und die Gruppe bereichert meinen Unterricht ungemein», sagt Aquino.

### Zur Person

Alessandro Aquino arbeitet 70 Prozent bei der Raiffeisenbank und hat mit 30 Jahren mit dem Karatetraining begonnen. Seit zehn Jahren führt der 50-jährige seine Karateschule in Rorschacherberg. Er hat den dritten schwarzen Gürtel (3.Dan) Infos finden Sie unter: [www.karate4all.ch](http://www.karate4all.ch)

chen und Erwachsenen Karate-Unterricht. Er sagt, für ihn sei es so die beste Mischung. Es ergibt Sinn, alle Menschen in die Gesellschaft einzubinden – auch im Sport. Klar gibt es Sportgruppen für Menschen mit einer Beeinträchtigung, jedoch selten im Kampfsportbereich. Aquino möchte sein Konzept Schweizweit an die Karateschulen bringen und hofft, dass es noch mehr solche Projekte geben wird. *Stefanie Rohner*



**Was ist Ihre Meinung dazu? Schreiben Sie uns per E-Mail an [red@bodensee-nachrichten.ch](mailto:red@bodensee-nachrichten.ch)**

Mit Zusendung Ihrer Meinung treten Sie alle Rechte an den Verlag ab, welcher dann entscheidet, ob diese publiziert wird und wenn ja, in den Onlinemedien und Print.

## WAS ICH NOCH ZU SAGEN HÄTTE:

### In die Mitte der Gesellschaft

Wie Sie im Artikel links lesen können, gibt Alessandro Aquino in seiner Karateschule in Rorschacherberg seit fünf Jahren Unterricht für Menschen mit einer geistigen oder körperlichen Beeinträchtigung. Wie er sagt, sei er derzeit der einzige Schweizweit, der ein solches Training anbietet. Das ist erstaunlich, wo doch gerade Sport dafür bekannt ist, Körper und Geist in eine Mitte zu bringen und für den nötigen Ausgleich zu sorgen. Aquino sagt, zu Beginn sei zwar für ihn die Beeinträchtigung seiner Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer im Vordergrund gewesen, dies habe aber ziemlich schnell keine Rolle mehr gespielt. Inzwischen kennt er die Teilnehmenden und weiss, wie er auf sie eingehen kann. Nebst dieser Gruppe gibt er auch Kindern, Jugendli-

## Das Wetter wird Ihnen präsentiert von:

**Bis Ostern alles um 50%**

**creatrade** Handels AG · Auerstrasse 43 · 9442 Berneck

# Outlet

Öffnungszeiten  
Mi 14.00–19.00 Uhr  
Fr 14.00–19.00 Uhr

Unsere Marken: **schneider** IMPRESSIONEN ein Lebensgefühl **CONLEY'S faibel**

**Vorhersage**  
Am Wochenende liegen wir an der Vorderseite eines Tiefs. Dabei scheint zeitweise die Sonne, zeitweise mischen auch Wolken mit. Zudem ist es in Alpennähe fähig. Zum Montag hin wird es dann wechselhafter mit Regen- und Schneeschauern. Die Schneefallgrenze sinkt.

**Biowetter**  
Besonders kreislauffähige Menschen reagieren auf die herrschenden Biowettereize vermehrt mit Beschwerden wie Kopfschmerzen oder auch Schwindelattacken. Auch Einschlafstörungen und Nervosität sind wetterbedingt ein Thema.

**Bauernregel**  
Wenn sich Walburgis (25.2.) zeigt, der Birkensaft nach oben steigt.

**Sonntag**  
6°  
1°

**Montag**  
5°  
0°

**Sonne: Auf- und Untergang**  
7:10 Uhr – 18:08 Uhr  
**Neumond:** 09.03.2016  
22:57 Uhr – 9:15 Uhr

**Bergwetter**

4000 m	-14°
3000 m	-8°
2000 m	-1°
1000 m	5°

# «Als hätten wir Haschcakes gegessen»

Von Stefanie Rohner

Er ist weit herum bekannt, er hat das Bundeshaus und auch das Matherhorn beleuchtet: Lichtkünstler Gerry Hofstetter. Er kommt am 15. April nach Rorschach, um das PHSG-Gebäude Mariaberg in Rorschach zu beleuchten.



Heidrun Neukamm, Prorektorin, Gerry Hofstetter, Lichtkünstler und Kristin Ludin, künstlerische Leitung des Projekts.

«Nie im Leben hätten wir gedacht, einen Gerry Hofstetter nach Rorschach holen zu können. Frech und höflich, aber auch ohne Erwartung haben wir ihn angefragt», sagt die Prorektorin Heidi Neukamm, Ausbildung Kindergarten/Primarschule, lachend. Zur Überraschung aller Beteiligten sagte der Lichtkünstler aber zu. «Ich bin überzeugt von diesem Ort. Einerseits weil er sich perfekt eignet, um die Fassade zu beleuchten aber vor allem, weil die Aura und der Geist hier drin überwältigend sind. Die Leute und die Dinge die sie vermitteln, faszinieren», so Hofstetter.

### Block gen Zukunft

Gerry Hofstetter ist ein direkter Mensch, der sagt, was ihm passt und was nicht. Er betont, was Kunst für ihn nicht sein darf: 0815. «Ich bin überzeugt, dass wir hier etwas Einzigartiges auf die Beine stellen können. Es gibt ein wahres Spektakel, nämlich ein Fassadenmusical», freut

sich der Künstler. Die PHSG plant, die gesamte Fassade des Hauptgebäudes zu bespielen und zu beleuchten. «Wir werden eigene Musik spielen und ein eigenes Stück kreieren. Zur Ausarbeitung haben wir aber nur eine Woche Zeit. Das ist zwar knapp, aber das Gerüst, welches es zu befüllen gilt, wird zuvor ausgearbeitet», sagt Kristin Ludin, künstlerische Leiterin des Grossprojektes. Das Stück, welches am Schluss an der Fassade zu sehen ist, soll mit der Lehrerbildung zu tun haben. «Wir möchten den Blick nicht zurück, sondern in die Zukunft richten. Der Anlass ist von uns für die Region», sagt Neukamm. Es soll den

Menschen auch die Möglichkeit bieten, inne zu halten und sie zum selbstständigen Denken anregen.

### «Es braucht Mut dafür»

«Dieses Projekt ist die oberste Liga, auch für mich. Wir erarbeiten es gemeinsam – mit Dozierenden, Studierenden und mir. An diesem Ort werden unselbstständig Denkende zu Selbstständigen. Das ist die Quelle der Zukunft», sagt Hofstetter, der Projekte nur dann annimmt, wenn sie ihn intellektuell herausfordern. «Als wir den Studierenden die Idee vorstellten, haben sie uns angeschaut, als hätten wir Haschcakes gegessen», sagt der Künstler lachend. Dem war natürlich nicht so, dennoch scheint die Idee verrückt für diese kurze Zeit. Es werden rund 740 Studierende aus dem Studiengang Kindergarten und Primarschule mitwirken. Am 15. April ist es dann soweit und das selbst erarbeitete Stück wird der Öffentlichkeit präsentiert. «Es braucht Mut für ein solches Projekt und ich bin froh, dass wir viele motivierte Menschen mit dabei haben», zeigt sich Hofstetter begeistert. Ludin sagt, es sei nicht ganz einfach, die Zügel dann aus der Hand zu geben, aber das sei das Faszinierende. «Der Weg von der Entstehung bis zur Fertigstellung ist wichtig. Es wird spannend sein zu sehen, wie die Studierenden mitwirken», sagt Ludin.

## TIERLIEGGE

### Bimba und Beauty

Die zwei Bübis, werden im Juli dieses Jahres drei Jahre alt. Sie sind sterilisiert, geimpft und entwurmt. Die beiden werden nur zusammen und nicht einzeln abgegeben. Die Wohnungsbübis würden sich über eine Familie mit größeren Kindern sehr freuen. Der Balkon sollte vernetzt sein, da sie sehr gerne frische Luft schnuppen. Nach der Eingewöhnungsphase sind beide anhänglich verschmust. Bimba hat einen Augendefekt und eine Linse ist getrübt, aber sie hat keinen Sehverlust. Bei Interesse: Monika Riepl, Tel. 071 333 28 13, melden. *pd*

