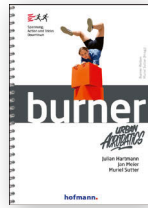


Rezension in der Zeitschrift „Sport in Hessen“ 8/2025



**Burner Urban Acrobatics. Spannung,
Action und Tricks Downtown, Hartmann/
Meier/Sutter, Hofmann-Verlag,
ISBN 978-3-7780-4061-4, 26,90 Euro**

Urban Acrobatics ist eine kreative Variante des Turnens. Die trendige Disziplin bietet viel Inspiration, wie man ein urbanes Umfeld aktiv gestalten und beturnen kann. Die Formen fördern Kraft, Koordination und Beweglichkeit und trainieren den Körper in ausgewogener Weise. Dieses Buch bietet erprobte Ideen für alle Levels, die einfach im Unterricht umsetzbar sind.

Julian Hartmann, Jan Meier
& Muriel Sutter

**burner urban
acrobatics**

Reihe: Burner Motion
Schorndorf, Hofmann-Verlag,
2025, 128 Seiten, 26,90 €,
ISBN 978-3-7780-4061-4

Urban Acrobatics ist eine noch recht neue Bewegungsform, bei der die Sportlerinnen und Sportler auf beliebige Weise Hindernisse überwinden und dabei – noch stärker als bei Parkour und Freerunning – den Fokus sowohl auf den turnerischen als auch auf den kreativen, gestalterischen Aspekt legen. Athletinnen und Athleten, die Urban Acrobatics ausüben, erlernen verschiedene grundlegende Fähigkeiten wie Springen, Balancieren, Stützen, Hängen und Klettern und können ihr Repertoire an Tricks immer wieder erweitern. Julian Hartmann, Jan Meier und Muriel Sutter präsentieren in dem hier vorgestellten Buch nach eigener Aussage eine „Auswahl an Ideen, die machbar und auch vom Sicherheitsaspekt her vertretbar sind“. Gleichzeitig finden sich attraktive Tricks für alle Anspruchslevel, sodass alle Teilnehmenden ihre Fähigkeiten verbessern können. Dabei sind alle Vorschläge speziell für den Einsatz außerhalb der Turn- oder Sporthalle konzipiert: Es geht darum, ein urbanes Umfeld aktiv zu gestalten und zu „beturnen“. Urban Acrobatics ist spielerisch und erlebnisbetont aufgebaut und ermöglicht ein sehr selbstständiges Arbeiten der Turnenden – welches auch stark von Ausprobieren geprägt ist. Bereits die Aufwärmübungen werden dort durchgeführt (z. B. an/auf einer Treppe oder Mauer), wo nach dem Warm-up das Training der Elemente erfolgt. Das Autorenteam stellt zunächst zahlreiche „Wall Stunts“ (eine Wand als „Dreh- und Angelpunkt“ von Tricks) vor, anschließend folgen „Podium Stunts“ (Treppen, Stufen und Podeste), „Bench Stunts“ (Bank), „Rail Stunts“ (schmale Unterlage, z. B. Geländer), „Pole Stunts“ (z. B. Laternenpfähle) sowie „Gap Stunts“ (Lücken) und „Floor Stunts“ (Boden). Danach folgen Anregungen, wie man im Team trainieren kann und welche Partner- und Gruppenfiguren es gibt. Das abschließende Kapitel steht unter der Überschrift „Gestaltung und Inszenierung“ und beinhaltet kreative Aufgaben, welche für Spaß und auch besondere Aufmerksamkeit sorgen. D. h., es zählt nicht allein, wie ein Trick ausgeführt wird, sondern es kommen gestalterische Elemente hinzu.

