



[Home](#) [News](#) [Universum](#) [spotlight](#) [Boxer](#) [Videos](#) [Fotos](#) [Tickets & Shop](#) [Presse](#)

[Top News](#) [Next Event](#) [News Archiv](#) [Event Archiv](#) [TV Tipp](#)

NEWS UNIVERSUM & SPOTLIGHT

05.05.09

Box-Out erhält ein großes Gym

BOX-OUT - das soziale Vorzeigebjekt aus der Hansestadt Hamburg. Bei BOX-OUT geht es um Fitness, Disziplin, Bewegung. Die trendige Sportart Boxen hilft Kindern und Jugendlichen, sich im täglichen Leben ohne den Einsatz von Fäusten durchzuboxen.

BOX-OUT bekommt ein Zuhause: Das **BOX-OUT gym** mit mehr als 950 m² im Heidenkampsweg 84 (in Zusammenarbeit mit dem Institut für Fitnesspädagogik).

Neben einem fantastischen Boxtrainingsraum mit 2 Boxringen und mehr als 15 Sandsäcken gibt es Umkleiden, Theorieräume, Krafttrainingsbereich und einen Fitnessraum mit modernem Schwingboden.

Ab dem 27. April 2009 startete das Training für alle Kinder und Jugendliche!

Bei BOX-OUT steht immer im Vordergrund: der sportliche Gedanke von Disziplin und Fair-Play. Unter Anleitung von qualifizierten Trainern lernen die Kids in Theorie und Praxis die olympischen Werte des Sports kennen und diese auf den Alltag zu übertragen.

Weitere Infos wie Trainingszeiten findet Ihr unter www.box-out.de.

[Zum Video über BOX-OUT](#)

Adresse:

Heidenkampsweg 84
20097 Hamburg
Telefon 040-37 86 96-10

Konzept: Box dich raus!

Problemsituation

Die Probleme der Verhaltensentwicklung, besonders hinsichtlich Aggressionen und Gewaltbereitschaft unter Jugendlichen, sowie physiologische Defizite hinsichtlich Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Körpergewicht steigern sich kontinuierlich. Kinder und Jugendliche, besonders aus sozial schwachen Stadtteilen haben zumeist keine Antwort auf Fragen wie: „Wer bin ich?“, „was kann ich?“, „wozu bin ich da?“, „wohin gehöre ich?“, „was wird aus mir?“.

Neben erzieherischen und pädagogischen Diskrepanzen besonders im Elternhaus, zeigt die wissenschaftliche Evaluation des stark wachsendem und von Seiten des Hamburger Senats unterstützten „Schulprojekt Boxen“ von BOX-OUT e.V. ein weiteres großes Defizit bei heranwachsenden Kindern und Jugendlichen auf: 75,5% von 1.254 befragten Kindern und Jugendlichen in sozial schwachen Stadtteilen machen keinen geregelten Sport. Sie haben somit nicht die Chance selbstregulierend und in lustvoller spielerischer Form an sozialen und personellen Lernerprozessen durch geregelten Sport teilzunehmen, geschweige denn sich physiologisch und psychisch durch einfachste Trainingseffekte positiv zu entwickeln und sich eine gesunde Weichenstellung für das spätere Leben zu erarbeiten.

Projektansatz

Es besteht ein dringender Bedarf, gezielt gesteuerte Konzepte bei Kindern und Jugendlichen umzusetzen mit den Schwerpunkt Sport und Bewegung. Hier findet sich ein möglicher Ansatz, Erziehungsdefiziten, Orientierungs- und Perspektivlosigkeit, mangelndem sozialen Gleichgewicht in der Gesellschaft und deren Kombination mit verhaltensbiologischen Ursachen vorzubeugen und somit auf zweiter Ebene eine effektive Form von Gewaltprävention zu leisten. Dazu muss es den Interessen



BOX-OUT-Schirmherr ist
Europameister Khoren Gevor