

Was ist Trampolinturnen?

Die Geschichte des Trampolinturnens

Die Anfänge des Trampolins reichen bis in die Zirkus- und Gauklerwelt des Mittelalters zurück. Damals tingelte ein französischer Zirkusartist namens «du Trampoline» durch Spanien und begeisterte mit einem Sprunggerät die Zuschauer. Er wurde namengebend für das Trampolin, das jedoch bald wieder in Vergessenheit geriet.

Nissen – Die Anfänge des Trampolin in den USA



Erst in den 30er Jahren wurde es durch den amerikanischen Artisten George Nissen (1914 – 2010) quasi wieder neu erfunden. Inspiriert durch die Beobachtung der Gerät-abgänge der Trapezkünstler, die sich in ein Sicherheitsnetz fallen liessen und dort mehrfach auf und nieder schnellend weitere Kunststücke vorführten, baute Nissen einen Sprungtisch. Dieser bestand aus einem einfachen Stahlrahmen, Leinwänden und alten Autoschläuchen. Von mexikanischen Turmspringern hörte Nissen die Bezeichnung «Trampolin» für diese Art von Sprunggeräten, übernahm sie und liess sie sich in den USA markenrechtlich schützen.

Er begann mit der Produktion von wohnzimmergrossen Trampolinen, für die sich anfangs allerdings nur Schulen und Ferienlagerorganisationen interessierten, da sich lediglich Kinder für dieses neue Sportgerät begeistern konnten. Das änderte sich jedoch schlagartig als die USA in den Zweiten Weltkrieg eintraten. Nissen konnte die amerikanischen Militärs davon überzeugen, dass Piloten und Fallschirmspringer auf einem Trampolin optimal ihren Gleichgewichts- und Orientierungssinn schulen konnten.

Unter den Luftfahrern, die darauf trainierten, war der spätere Astronaut Scott Carpenter, der sich auch nach Kriegsende mit dem Sprongerät für seine Mission ins All vorbereitete. Nissen verbesserte unterdessen seine Erfindung durch Sprungmatten aus Nylon, das die Armee für die Herstellung von Fallschirmgurten entwickelt hatte. Nach Ende des Zweiten Weltkriegs brach in Amerika ein wahrer Trampolin-Boom aus, als zunächst Sportler, dann aber auch Normalbürger das Gerät für ihre Fitness entdeckten.

Europa entdeckt das Trampolin



Die Einführung des Trampolins in Europa erfolgte erst später. In den 50er Jahren brachte der umtriebige George Nissen schliesslich sein Produkt auch nach Europa. In Deutschland versuchte man bereits vor Nissens Sprung über den Atlantik eine Trampolin-Konstruktion zu fertigen. 1951 entwarf Albrecht Hurtmanns eine Wurfmaschine aus zusammengenähten Rollladengurten und Fahrradschläuchen. 1953 konstruierte Heinz Bräcklein ein Trampolin für das Training der Wasserspringer an der Sporthochschule Leipzig.

Doch erst Nissens grossangelegte Show in der Kölner Sporthochschule im Jahre 1957 hinterliess einen bleibenden Eindruck. In Europas Schulen und Turnvereinen trainierte man von nun an auf dem Trampolin. In den 60er Jahren war es so populär, dass die

erste internationale Trampolinspringer-Vereinigung der Welt gegründet wurde. Heute findet man immer mehr Trampoline auch zuhause, Riesen-Trampoline im Garten oder die Minitrampoline im Hobbyraum.

Buch: «My Father's Dream ...»

Anfang Juni 2012 hat Dagmar Nissen Munn, die Tochter von George Nissen (†2010, 96 Jahre alt), ihr Buch «My Father's Dream of an Olympic Trampoline: Life Story of George Nissen, Inventor of the Trampoline», veröffentlicht. Es erzählt die Lebensgeschichte von George Nissen, der sich nicht scheute, über den Tellerrand hinaus zu blicken und Chancen wahrzunehmen. Neben dem Trampolin erfand er zahlreiche andere Dinge (über 100 Patente). Sein ewiger Traum war es, das Trampolinturnen olympisch zu machen – im Jahr 2000 wurde dieser Wirklichkeit.

Nissens Tochter schreibt unterhaltend und inspirierend, so dass George Nissen in Erinnerung weiterlebt – dank einer Erfindung, die ein Lächeln auf die Gesichter der Menschen in der ganzen Welt gezaubert hat.

(Quelle: [Webseite des STV](#), Schweizerischer Turnverband)

Internationale Wettkämpfe



Der erste Trampolinwettkampf fand 1947 in Dallas/Texas statt; 1955 wurde das erste Trampolin nach Europa (Schweiz) gebracht. Auf einem Kongreß des Internationalen

Turnerbundes wurde 1959 das Trampolinturnen als selbständige Sportdisziplin anerkannt.

Es folgten zahlreiche Wettkämpfe:

1959 Obwohl das Trampolinspringen zunächst nur das „fröhliche Tummeln“ auf dem Trampolin sein sollte. Den ersten offiziellen Wettkampf in Deutschland trugen die Studenten der Uni Freiburg mit der Deutschen Sporthochschule Köln aus.

1964 Erste Weltmeisterschaften in London

1965 Erste Weltmeisterschaft im Synchronturnen

1968 5. WM, von da an alle 2 Jahre

1969 Erste Europameisterschaften in Paris im Einzel- und Synchronturnen

Am 1. September 1997 beschloss das Internationale Olympische Komitee in Lausanne, Schweiz, endgültig die Aufnahme der Trampolin-Einzelkonkurrenzen in das offizielle Programm der Olympischen Spiele 2000 in Sydney.

(Quelle: [Webseite des DTB](#), Deutscher Turner-Bund)

Fachbegriffe

a, b, c – „a“ heisst „gestreckt“ (gestreckte Körperhaltung), „b“ „gebückt“ und „c“ gehockt

Salto – Wenn ohne Zusatzbezeichnung von einem Salto die Rede ist, ist immer ein Salto rückwärts gemeint

vorwärts/rückwärts – Aus der Anzahl der Schrauben ergibt sich automatisch die Drehrichtung der Sprünge. Vorwärts drehende Sprünge haben immer „halbzahlige“ Schrauben ($1/2$ oder $1\ 1/2$, $2\ 1/2$, $3\ 1/2$). Rückwärts drehende Sprünge werden mit keiner oder mit ganzzahligen Schrauben geturnt. Es gibt im Wettkampft trampolinspringen daher (fast) keine Vorwärts-Landungen.

Barani – Salto vorwärts mit $1/2$ Schraube

Rudolf (Rudi) – Salto vorwärts mit $1\ 1/2$ Schrauben

Randolf (Randi) – Salto vorwärts mit $2\ 1/2$ Schrauben

Adolf (Andi?) – Salto vorwärts mit 3 1/2 Schrauben

Schraubensalto (kurz: Schraube) – Salto rückwärts mit ganzer Schraube; allgemein auch jeder Salto mit mindestens 1 Schraube

Doppelschraube – Salto rückwärts mit doppelter Schraube

Fliffis – Doppelsalto vorwärts mit 1/2 Schraube; in Wortkombinationen allgemein für Doppelsalto mit Schrauben, z. B.:

Fliffis-Rudi – Doppelsalto vorwärts mit 1 1/2 Schrauben

Triffis – Dreifachsalto vorwärts mit 1/2 Schraube; in Wortkombinationen allgemein für Dreifachsalto mit Schrauben, z. B.:

Triffis-Rudi – Dreifachsalto vorwärts mit 1 1/2 Schrauben

Quadriffis/Quaffis? – Vierfachsalto vorwärts mit 1/2 Schraube

Baby-Fliffis – 5/4 Salto vorwärts mit 1/2 Schraube aus dem Rücken zum Stand

Baby-Rudi – 5/4 Salto vorwärts mit 1 1/2 Schrauben aus dem Rücken zum Stand

Riesen-Baby – 9/4 Salto vorwärts aus dem Rücken mit 1/2 Schraube zum Stand

Cody – 5/4 Salto rückwärts aus dem Bauch zum Stand

Schraubencody – 5/4 Salto rückwärts mit 1 Schraube aus dem Bauch zum Stand

halb-ein-halb-aus – Doppelsalto rückwärts mit 1/2 Schraube im ersten und 1/2 Schraube im zweiten Salto

ein / aus – Diese zwei Begriffe geben Auskunft über die Position(en) der Schraube(n) innerhalb eines Doppelsaltos. Eine „ein“-Schraube wird im ersten Salto, eine „aus“-Schraube im zweiten Salto gedreht.

voll-ein – Doppelsalto rückwärts mit 1 Schraube im ersten Salto

X-ein -Y-aus – Doppelsalto mit X Schrauben im ersten und Y Schrauben im zweiten Salto; bei ganzzahliger Gesamtschraubenrotation handelt es sich um einen Rückwärtssalto (z. B. halb-ein-anderthalb-aus), sonst um einen Vorwärtssalto (z. B. voll-ein-zweieinhalb-aus); statt halb-aus sagt man auch Barani-aus, entsprechend für Rudi, usw.

Miller – Doppelsalto rückwärts mit dreifacher Schraube (ursprünglich 2 1/2-ein-barani-aus, heute meist voll-ein-doppel-aus, benannt nach Wayne Miller 1964/5)

Miller plus (Killer) – Doppelsalto rückwärts mit vierfacher Schraube

(Quelle: [Webseite des DTB](#), Deutscher Turner-Bund & [Webseite des ÖFT](#), Österreichischen Fachverband für Turnen)

Wettkampfablauf und -vorschriften

In einem Wettkampf werden zwei Übungen geturnt. Eine Übung besteht aus 10 Sprüngen. Die Übungen können von den Wettkampfteilnehmenden zusammen mit den Trainern frei zusammengestellt werden.

Quellen Fotos

[https://thumbs-prod.si-cdn.com/24ZzbT27j8DUztgFDzC89_RrfAs=/800x600/filters:no_upscale\(\):focal\(407x175:408x176\)/https://public-media.si-cdn.com/filer/d1/15/d115f11f-64f3-454d-b60b-35ea891a2226/george_nissen_on_trampoline-main.jpg](https://thumbs-prod.si-cdn.com/24ZzbT27j8DUztgFDzC89_RrfAs=/800x600/filters:no_upscale():focal(407x175:408x176)/https://public-media.si-cdn.com/filer/d1/15/d115f11f-64f3-454d-b60b-35ea891a2226/george_nissen_on_trampoline-main.jpg)

https://thumbs-prod.si-cdn.com/WkcAnKd_Uu741VEZZRSgJFyqlgU=/fit-in/1072x0/https://public-media.si-cdn.com/filer/1a/82/1a8215cb-4af8-4a05-8850-5162fc428d07/nasa_astronauts_playing_spaceball.jpg

https://thumbs-prod.si-cdn.com/7siPsl_yYiEoxBojIRF15UG_HnY=/fit-in/1072x0/https://public-media.si-cdn.com/filer/b6/e4/b6e4087e-2d3d-487a-8594-0e6c4bbf7f6a/george_and_annie_nissen.jpg