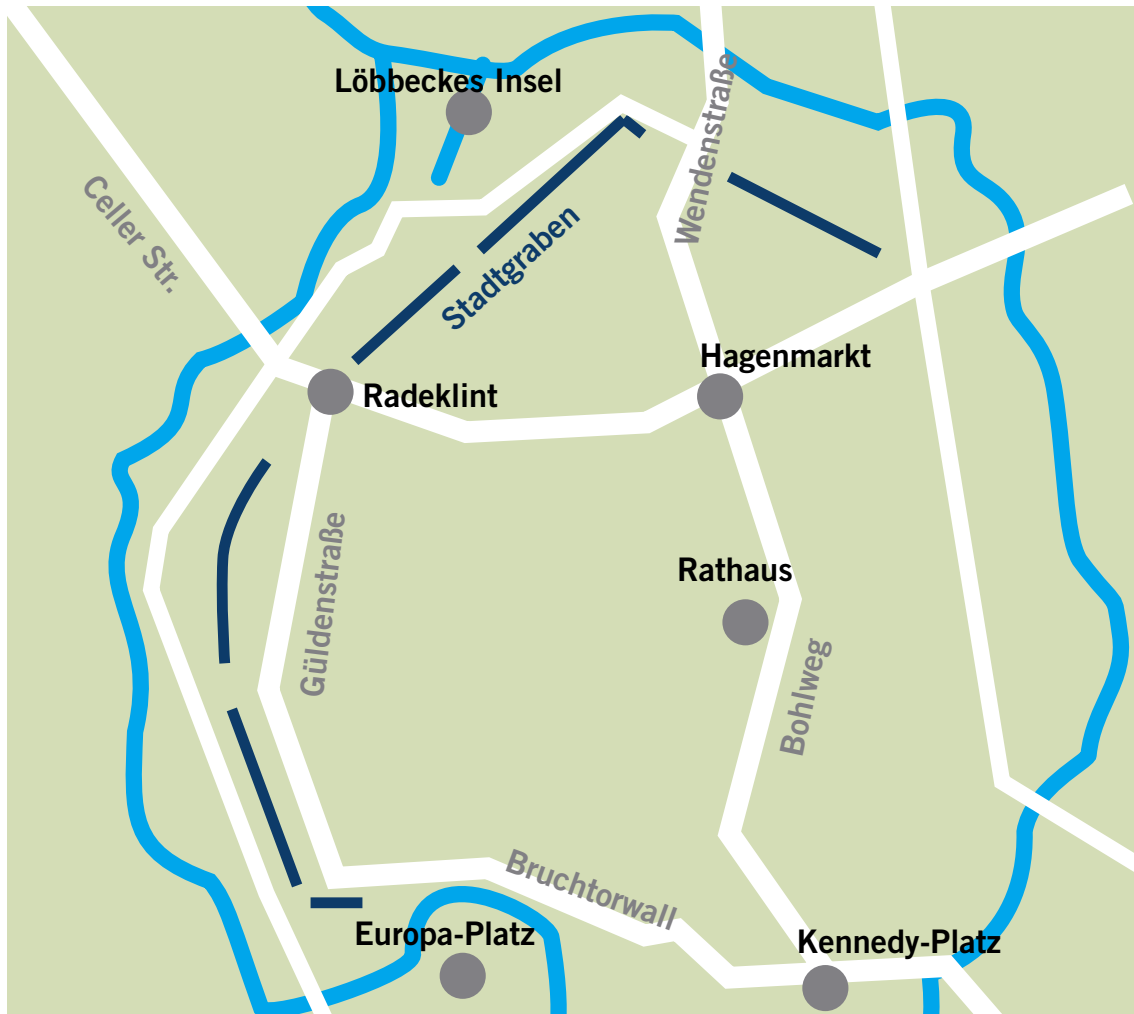


# Braunschweiger Kinderparkour

Am alten Stadtgraben



Abenteuerliches Spielen in ungenutzten Stadträumen am alten Stadtgraben zwischen Gieselerwall und Gaußberg

*„Die Welt des Kindes ist eine körperliche und bewegliche Angelegenheit, und je förderlicher die Bewegungserziehung und je anregender die Bewegungswelt der frühen Kindheit ist, desto reichhaltiger und geglückter fällt die Weltbewältigung aus.“*  
(Grössing, 1992)

Mit der folgenden Studie legt der Verein „**Wild und Verwegen e. V.**“ ein Nutzungskonzept für den alten Braunschweiger Stadtgraben vor. Dieser, nach dem Ockerumflutgraben bedeutendste Wasserlauf der Innenstadt, ist weitgehend aus dem Bewusstsein der Öffentlichkeit verschwunden. Er versteckt sich hinter unzugänglichem Wald und Buschwerk, ist verwahrlost und verwildert, aber gerade deshalb ideal geeignet für einen um die halbe Innenstadt verlaufenden Abenteuerpfad für Kinder, unseren

„Braunschweiger Kinderparkour am alten Stadtgraben“.

Geplant ist eine vierteilige Strecke, die entlang der einzelnen Grabenabschnitte von Kindern im Schulalter durchwandert, durchklettert und mit Fahrrädern und Booten durchfahren wird. Dabei entstehen verschiedene Bewegungsräume, die, unter Nutzung der vorgegeben Möglichkeiten, teils möbliert, teils naturbelassen sind und damit der kindlichen Fantasie freie Gestaltungsmöglichkeiten eröffnen.

Der Verein „**Wild und Verwegen e. V.**“ hat es sich zur Aufgabe gemacht, Schulkindern abenteuerliches Spielen in ungenutzten, verwilderten und naturnahen Stadträumen zu ermöglichen. Mit dem Konzept des „Braunschweiger Kinderparkours“ will er gegenüber Rat und Verwaltung sowie Förderern und Unterstützern den Nachweis führen, dass ein solches Projekt machbar, für die Entwicklung von Kindern im Schulalter wichtig und für die Stadt Braunschweig ein Gewinn ist.

„Die Verfasser haben (mit dem Braunschweiger Kinderparkour) ein Konzept zu einer bewegungsorientierten Stadtplanung vorgelegt, das durch die Verbindung von Bewegung mit Natur- und städtischen Räumen einen absolut innovativen Anspruch hat, der sich durch aktuelle Untersuchungen der Kindheitsforschung, der Bewegungspädagogik und auch der Stadt- und Raumsoziologie (Stadtentwicklungsplanung, Spielleitplanung) auch wissenschaftlich belegen und begründen lässt. Der Entwurf ist insgesamt umfassend, weil er auch die genehmigungspflichtigen Rahmenbedingungen mit bedenkt und erörtert ... Ich befürworte uneingeschränkt die Fortsetzung dieses Vorhabens und wünsche ihm eine vielfältige finanzielle und praktische Unterstützung. Das Seminar für Sportwissenschaften und Bewegungspädagogik der TU Braunschweig wird das Projekt im Rahmen seiner Möglichkeiten fördern.“

Auszug aus einem Kurzgutachten von Herrn Prof. Dr. Hildebrandt-Stramann, TU Braunschweig. (Sept. 2008)

## Das ist zu machen

Geheimnisvolle Pfade durch die Geschichte der Stadt. Eine Reise auf mittelalterlichen Spuren bis in die Neuzeit - aber alles nur durch eigene Geschicklichkeit. Kinderparkour in der Innenstadt. Mit Boot oder Rad, Wandern oder Klettern. Welches Kind träumt nicht hiervon.

Dieses Projekt begeistert mich.

Eine wundervolle Idee, den versteckten und vernachlässigten Stadtgraben als Freiraum aufzuwerten und in die Gegenwart zu retten. Ihn etwas zugänglicher zu machen, aber nicht völlig freizulegen. Verwunschene Orte vertragen nicht die öffentliche Zurschaustellung. Aber ohne allgemeine Wahrnehmung und Bedeutung verlieren sie irgendwann ihre Form und selbst ihre Geschichte.

Ein anregender Einfall, Kindern in der Innenstadt Raum zu erobern, den sie mit dem Ausbau der Stadt an Kommerz und Verkehr abgeben mussten. Neuer Spielraum. Das Leben in der Innenstadt wird damit vielfältiger. Und die Geschichte bleibt lebendig.

Ein einleuchtender Gedanke, den vier Abschnitten auch vier Themen zuzuordnen, die den besonderen Charakter und die jeweiligen Möglichkeiten zum Ausdruck bringen. Herausforderungen, die die unterschiedlichen Fähigkeiten der Kinder ansprechen. Mit allen Sinnen den Raum erleben heißt, der Wirklichkeit Sinn zu geben. Sinnliche Stadt – die kulturelle Gegenwelt zu virtuellen Oberflächen.

Kurz: ein überzeugendes Projekt, weil hier engagierte Bürger nicht nur Ideen ausbreiten, sondern systematisch alle Schritte zu deren Realisierung überlegen, Anregungen aufgreifen und Probleme in Kooperation fachlich fundiert lösen. Es ist zu wünschen, dass dies auch mit den privaten Anliegern des Stadtmühlengrabens gelingt.

„Integrierte Stadtentwicklung“ soll heute nach Jahrzehnten funktionaler Abläufe den Zusammenhang von Stadt und Raum, von Jung und Alt, von Kultur und Wirtschaft in den Mittelpunkt stellen. Dieses Projekt ist hierfür beispielhaft und verdient jede Unterstützung. Das bekannte und ebenso anregende Projekt „Zeitschiene“ zur Aktivierung des gründerzeitlichen Ringgleises würde eine kleine Schwester, ein innerstädtisches Pendant bekommen. Beide Projekte verdeutlichen nämlich die Struktur der Stadt und machen deren ringförmiges Wachstum in der Geschichte erlebbar. Der Kinderparkour wäre eine Bereicherung für uns alle - ein weiterer Baustein, der uns erneut etwas stolzer auf unser Braunschweig machen könnte.

„Wild und Verwegen“ – da gab es doch schon einmal jemanden, der mit diesen Eigenschaften Braunschweig bedeutsam gemacht hat.

Das ist doch zu machen.

Walter Ackers  
Prof. Dipl.-Ing. Architekt & Stadtplaner  
Leiter des Instituts für Städtebau und Landschaftsplanung  
der TU Braunschweig

## **Inhaltsverzeichnis**

Spielen in der Stadt  
Die Braunschweiger Stadtgräben

### **Der Braunschweiger Kinderparkour**

#### **1 Allgemeines**

- 1.1 Projektname
- 1.2 Die Eigentumsverhältnisse
- 1.3 Der Parkour
- 1.4 Die Nutzung
- 1.5 Das Bildungskonzept
- 1.6 Verkehrsanbindung

#### **2 Die Planung der einzelnen Abschnitte**

- 2.1 Fahrradsteig
- 2.2 Wandersteig (Umwelt-, Naturpfad)
- 2.3 Klettersteig (Geschichtspfad)
- 2.4 Flusswanderweg

#### **3 Sonderprojekte am Parkour**

- 3.1 Wasserwerkstatt
- 3.2 Kinderfeste am Bosselgraben

## Spielen in der Stadt

Kinder haben schon immer „draußen“ gespielt: erst auf dem Hinterhof, auf der Straße und im Garten, später, wenn sie älter wurden, auf den Nachbargrundstücken und den Nachbarstraßen. Sie haben Völkerball und „dreimal Abschlagen“ gespielt, „Räuber und Gendarm“ oder „Vater, Mutter, Kind“ in der selbst gebauten Hütte. Sie haben die Rollen der Erwachsenen nachgespielt und die mutigen, unabhängigen Helden und Idole ihrer Kinderbücher. Der Kinderlärm war zwar störend für die Nachbarschaft, aber er gehörte zum Alltag, wie das Vogelgezwitscher um fünf Uhr früh oder das Kirchengeläut um die Mittagszeit.

Das ist heute anders: Die Hinterhöfe in den Städten sind den Garagen und der An- und Abfahrt der Autobesitzer vorbehalten und Gärten gibt es kaum noch, allenfalls Vorgärten. Die Straßen und Plätze haben sich der ruhende und der fließende Verkehr erobert und die Fahrgeräusche sind so laut und störend wie früher der Kinderlärm. Den kann man aber heute, anders als früher, erfolgreich mit Beschwerden bekämpfen (zwar nicht den Kinderlärm direkt, aber z. B. die Einrichtung von Spielplätzen in Wohngebieten).

### **Für Kinder sind im öffentlichen Raum keine Spielflächen mehr vorgesehen.**

Für Kleinkinder bis zum Schulalter gibt es häufig in akzeptabler Entfernung Spielplätze. Für Jugendliche gibt es vereinzelt Bolzplätze oder den Schulhof der benachbarten Grundschule und am Stadtrand manchmal einen Aktivspielplatz. Ganz Mutige erobern sich mit ihrem Skateboard bisweilen für kurze Zeit den Gehsteig.

Für Schulkinder, so zwischen 7 und 12 Jahren, gibt es wenig oder nichts. Auf dem Kinderspielplatz stören sie die Kleinen, zum Ballspielen mit den Großen auf dem Bolzplatz taugen sie noch nicht, und der Aktivspielplatz ist zu weit entfernt. Während die Kinderbuchhelden früherer Tage unsere Kinder herausforderten, es ihnen im Spiel gleichzutun und „wild, frei und unabhängig“ zu sein, haben sie heute eine andere Aufgabe. Sie sollen die Kinder vergessen machen, dass sie nicht mehr draußen spielen, toben und wagemutig sein können. Die Buch-, Film- und Spielkonsolenhelden erledigen das stellvertretend für unsere Kinder. Deren Leben spielt sich vorwiegend in geschlossenen Räumen ab. Selbst der Sport in der städtischen Grundschule findet meist in der Halle statt.

Kein Wunder, wenn jeder zweite Kinderarzt in einer Untersuchung des Forsa-Instituts (Mai 2007) feststellt, „dass die Anzahl der Kinder mit motorischen Defiziten in den letzten zehn Jahren stark zugenommen hat“<sup>1</sup>, und Versäumnisse bei den Eltern registriert, „die die motorische Entwicklung ihrer Sprösslinge zu wenig anregen.“ In einer 70 m<sup>2</sup> großen Wohnung geht die motorische Entwicklung der Kinder nun mal auf Kosten der häuslichen Möblierung und der elterlichen Nerven.

Deshalb ist es dringend notwendig, dass wir für unsere Kinder Flächen in der Stadt zurückerobern, wo sie individuell oder in gemeinschaftlichem Spiel und Sport ihren natürlichen Bewegungsdrang an der frischen Luft frei ausleben können und ohne Scheu vor Beulen und zerkratzten Knien ihre Grenzen erfahren und erweitern können.

---

1 Das Forsa-Institut führte im Mai 2007 eine Umfrage unter 100 Kinderärzten durch ([www.presse.dak.de](http://www.presse.dak.de) Gesundheit & Medizin). 95 % der befragten Mediziner beobachteten mangelnde Beweglichkeit, 89 % beobachteten Probleme mit der Koordination.

Zur Schuleingangsuntersuchung in Braunschweig 2005 galten bereits 6,5 % der Erstklässler als übergewichtig, weitere 9,5 % als fett (Braunschweig Report 08.08.2007).

## Die Braunschweiger Stadtgräben

Die Braunschweiger Stadtgräben wurden einst zum Schutz der mittelalterlichen Stadtmauer angelegt und umfassten die historische Innenstadt wie ein Ring. Heute sind sie weitgehend aus dem Bewusstsein der Bevölkerung verschwunden, weil sie im Stadtbild kaum mehr sichtbar in Erscheinung treten.

Die noch vorhandenen Abschnitte beginnen am südwestlichen Rand des Stadtkerns am Gieselerwall, ziehen sich am westlichen Rand der Innenstadt entlang und enden im Nordosten an der Knochenhauerstraße. Sie sind entweder verrohrt worden und verlaufen unterirdisch, oder sie sind unzugänglich zwischen Privatgrundstücken eingezwängt und hinter Wald und Buschwerk versteckt. Der Grabengrund unter der Wasseroberfläche ist über weite Strecken knietief verschlammmt und schwarz von organischen Rückständen, die Böschungen sind verwildert.

Der Wendenmühlengraben wird zusätzlich von großvolumigen Fernheizungsrohren begleitet und entstellt.

Einzig im Norden der Stadt, am Neuen Weg und am Inselwall, verläuft der Stadtgraben offen und sichtbar neben der Straße. Aber auch dort liegt er zwei Meter unter Straßenniveau versteckt hinter einem Parkstreifen und einer hüfthohen Mauer.

**Die Oberflächengewässer einer Großstadt, seien es nun Brunnen und Kanäle oder Bäche und Flüsse, gehören aber zu den sogenannten „weichen Standortfaktoren“, die die Lebensqualität der Bürgerinnen und Bürger maßgeblich beeinflussen.**

**Deshalb ist jede Stadt gut beraten, mit einem solchen Schatz pfleglich umzugehen, ihn vor Verwahrlosung zu bewahren und, wenn irgend möglich, der Öffentlichkeit zugänglich zu machen.**

Im Falle der Braunschweiger Stadtgräben ist das infolge der oben genannten Gründe leider nicht so ohne Weiteres möglich. Allerdings bietet der heutige Zustand der Stadtgräben auch Vorteile, wenn man die im Folgenden vorgeschlagene Nutzung ins Auge fasst.



Wem es einmal gelungen ist, einen Blick hinter die Kulissen zu werfen, der entdeckt einen schmalen Streifen unberührter Natur, eine verwilderte märchenhafte Bachlandschaft, die geradezu ideal geeignet ist für einen geschützt und versteckt um die halbe Innenstadt verlaufenden Abenteuerparkour für Kinder.

# Wild und Verwegen

## Der Braunschweiger Kinderparkour

### 1 Allgemeines

#### 1.1 Projektname

**„Wild ist der Charakter der Strecke und verwegen sollen seine Nutzer sein.“**

Kinderparkour heißt die Strecke zum einen in Anlehnung an die aus Frankreich stammende Sportart Le Parkour<sup>1</sup>, zum anderen, weil sie für Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren bestimmt ist. Der Stadtname soll die Ortsgebundenheit und die Einmaligkeit des Projektes betonen.

#### 1.2 Die Eigentumsverhältnisse

Die Stadtgräben sind ein öffentliches Gewässer III. Ordnung und deshalb Eigentum der Allgemeinheit. Sie stehen als Kulturdenkmal unter Denkmalschutz. Die anliegenden Grundstücke sind zum überwiegenden Teil Privatbesitz, zum kleineren Teil (vorwiegend am Bosselgraben) befinden sie sich in städtischem Besitz.

Die privaten Grundstücke liegen häufig direkt oberhalb alter 2,50 bis 3,50 Meter hoher Stützmauern, die meist am westlichen Ufer bis direkt ans Wasser der Gräben reichen. Viele Grundstücke sind durch eine 2 bis 3 Meter hohe Uferböschung vom Graben getrennt.

An einigen Stellen, vorwiegend im historischen südlichen Teil der Echternstraße, sind die Grundstücke zum Graben hin offen, was eine genaue Bestimmung der Grundstücksgrenze schwierig macht.

#### 1.3 Der Parkour

##### 1.3.1 Abenteuerpfad

Das Schwierige ist eine Herausforderung, aber das Unbekannte ist ein Geheimnis und eine Verlockung. Insofern unterscheidet der Parkour sich grundsätzlich von Aktivspielplätzen, Niedrigseilgärten u. a. mit ihren trickreich ausgedachten Geräten und leicht überschaubaren Spielflächen.

Sein zwei bis vier Meter breiter Wassergraben, die drei Meter hohen Stützmauern und bewaldeten Böschungen, erscheinen aus der Sicht eines Kindes wie ein breiter Fluss in einer tiefen Schlucht – niemand weiß, welche Gefahren und Hindernisse auf dem Wege zu überwinden sind und wohin der Weg einen führt. Auf den mutigen Abenteurer (Mädchen oder Junge) wartet eine vierteilige Grabenstrecke mit spielerisch leichten bis akrobatisch schweren Hindernissen, die es zu bewältigen gilt.

---

<sup>1</sup> Siehe Wikipedia, Stichwort Le Parkour, <http://de.wikipedia.org/wiki/Parkour>



### **Erster Teil: Der Radsteig**

Radfahren an der Böschung des Grabens zwischen Prinzenweg und Sonnenstraße (10 bis 40 cm Pfadbreite, befestigt oder unbefestigt), im Einzelfall auch auf einem Holzsteg am Uferrand.

### **Zweiter Teil: Der Wandersteig**

Wandern an der Böschung des Grabens zwischen Sonnenstraße und Am alten Petritor. (10-40 cm Pfadbreite, teilweise mit Grabenüberquerungen).

### **Dritter Teil: Der Klettersteig**

Klettern: entlang der Stützmauer der Straße Neuer Weg, dicht über dem Wasser an einer Seilsicherung, und an der Bunkerfassade Okerstraße 8 A–B.

### **Vierter Teil: Die Flusswander- bzw. Wildwasserstrecke**

Kanu-/Kajakpaddeln auf dem Bosselgraben (benötigte Wassertiefe min. 30 cm).

**Bei alldem gilt der Grundsatz: Das Umfeld wird als Ganzes belassen. Alle Eingriffe erfolgen behutsam und möglichst unauffällig, angepasst an die natürliche Umgebung. Ein positiver Nebeneffekt dieses Projektes wird es sein, dass im Zuge der Parkourgestaltung eine Säuberung und Teilentschlammung des Grabengrundes durchgeführt wird.**

#### **1.3.2 Geschichtspfad auf dem Klettersteig**

Um dem Denkmalcharakter des Stadtgrabens Rechnung zu tragen, werden an geeigneten Stellen des Parkours Hinweise auf die historische Vergangenheit der Stadtbefestigung zu sehen sein. Hierfür bietet sich z. B. die als Kletterwand vorgesehene Betonwand des Bunkers am nördlichen Teil des Stadtgrabens an. Hier könnten Mauerreste historischer Gebäude oder Reliefs zur mittelalterlichen Vergangenheit Braunschweigs in die Wand eingelassen werden. Ihre Bedeutung kann auf Hinweistafeln erklärt und zeitlich eingeordnet werden.

Der Klettersteig könnte auch als Bestandteil einer Stadtführung oder als Spielkulissee<sup>2</sup> für Ferien- und Freizeitkindergruppen dienen.

#### **1.3.3 Umwelt- bzw. Naturpfad auf dem Wandersteig**

Ähnlich wie bei Waldlehrpfaden wird der Wandersteig mit Hinweisen auf Bäume, Buschwerk und Pflanzen ausgestaltet. Durch geschickte Ausnutzung der kindlichen Neugier lassen sich bei entsprechender Führung Ermüdungserscheinungen auf dem Parkour vermeiden.

---

<sup>2</sup> Das Heer des Herzogs von Braunschweig lagert auf der Wiese im Süden der Ockerstraße und greift die Stadt Braunschweig mit aller Macht an. Die Söldner und Söldnerinnen seilen sich zum Stadtgraben ab, überqueren diesen unter großen Mühen und erklettern die Stadtmauer, mit Hilfe von Strickleitern und Wurfseilhaken, unter Nutzung der natürlichen Vorsprünge und Haltepunkte in der Mauer.

Die freien Bürger der Hansestadt kommen aus ihrem Lager am Bosselgraben gerannt und verteidigen die Stadt mit Wurfgeschossen (Schaumstoffkissen, Wasserbomben und Gießkannen). Von der Terrasse des Gästehauses am Neustadtgraben verfolgt der Oberbürgermeister der Stadt Braunschweig mit seinen Ratsherren und deren Gefolge das Spektakel. Nachdem die Stadtmauer erobert ist oder auch nicht, gibt der OB unter den begeisterten Jubel- und Hochrufen der niederen Stände (bis ~130 cm Größe) eine Runde Mumme für alle aus. Anschließend überfallen Angreifer und Verteidiger die Wäschekiste in der Neustadtmühle zur Beschaffung trockener Kleidung und waschen ihre schmutzige Wäsche am mittelalterlichen Graben mit mittelalterlicher Waschtechnik (Waschzuber, Rubbelbrett). Nach getaner Arbeit verbrüden und verschwestern sie sich unter Absingen von mittelalterlichen Lasterliedern am Lagerfeuer im Bosselgrabenwald unterhalb der alten Stadtmauer, bei geröstetem Stockbrot und Karpfen aus den Teichen des Riddagshäuser Zisterzienserklosters.

## 1.4 Die Nutzung

### 1.4.1 Zielgruppen

Um eine dauerhafte Nutzung zu erreichen, die keinen Modeerscheinungen unterworfen ist (z. B. Trimmichpfad), wird der Parkour nach den Bedürfnissen der Sportvereine und Grundschulen geplant. Genutzt werden soll der Parkour

- von den Grundschulen und der Grundstufe der weiterführenden Schulen als Bestandteil oder Ergänzung ihres Sport- und Sachkundeunterrichts (besonders in den Nachmittagsstunden der Ganztagschulen)
- von den Familien der Stadt und der Region Braunschweig an den Nachmittagen, Wochenenden und in den Ferien zur Freizeitgestaltung
- von der Jugendförderung der Stadt Braunschweig (FiBS), von Urlauber- und Besucherkindern (in Begleitung ihrer Eltern) sowie von der Jugendherberge (Gruppen und Klassenurlaubsfahrten)
- von den Sportvereinen zum Kindertraining, zur Beratung und fachlichen Begleitung des Grundschulsports und der Umwelterziehung sowie zur Nachwuchswerbung und -förderung

### 1.4.2 Mögliche Nutzer am Rande des Parkours

- **Die Gymnasien Martino-Katharineum und Kleine Burg, Echternstraße 1**  
Direkt am Eingang zum Fahrradsteig befindet sich das Schulgebäude, in dem die 5. und 6. Klassen der beiden Gymnasien unterrichtet werden.
- **Das Gemeindebüro und Pfarramt der Michaeliskirche, Echternstraße 12**  
Die Gemeinde betreibt Jugendarbeit und nimmt am FiBS-Programm teil.
- **Die Zweigstelle des MTV im Hinterhaus Echternstraße 16a**  
Der MTV betreibt u. a. Leichtathletik und Wandern und hat eine große Kinderabteilung (früher auch eine Mountainbike-Abteilung).
- **Die Altersresidenz Wohnpark am Wall, Echternstraße 48/49**  
Besonders reizvoll als Schnittstelle zwischen alt und jung. Einrichtung eines Fensters zur Jugend, um den Kindern beim Klettern zuzusehen und sie z. B. am Rande des Parkour mit Gratisgetränken zu erfrischen.
- **Der Deutsche Alpenverein, Zweigstelle Braunschweig, Güldenstraße 39c**  
Der Alpenverein besitzt eine Kletterwand am Parkour, er betreibt Klettern und Wandern und hat eine Mountainbike-Abteilung sowie viele Kindergruppen.
- **Das Haus der Jugend, An der Neustadtmühle 3**  
Das Jugendzentrum ist Ort vielfältiger Kinder- und Jugendarbeit und nimmt am FiBS-Programm teil.
- **Die Johannes-Selenka-Schule, Inselwall 1a**  
Das Grundstück der Berufsbildenden Schule liegt direkt am Stadtgraben. Sie besitzt einen Niedrigseilgarten am Parkour und plant ein Terrassencafé am Wasser.
- **Die Eigentümer der angrenzenden Grundstücke**  
Über kleine Pforten/Treppen am rückseitigen Rande ihrer Grundstücke können die Kinder/Enkel der Eigentümer den Kinderparkour direkt erreichen.
- **Der deutsche Jugendherbergsverband**  
Am Standort Geiershagen ist evtl. eine Jugendherberge geplant.

## 1.5 Das Bildungskonzept

- Motivation zum abwechslungsreichen Bewegungssport im Freien
- Wecken des kindlichen Interesses für den Aufenthalt in der freien Natur
- Ermutigung für die Kleinen und die Ängstlichen
- Herausforderung für die Großen und die Mutigen
- Sportliche Grundbildung entsprechend den Richtlinien der Grundschule<sup>3</sup>
- Naturkundliche Heimat- und Umweltbildung an Originalschauplätzen<sup>4</sup>
- Heranführung der Kinder an den Freizeit- und Vereinssport (Geländesportarten)
- Stärkung des Selbstbewusstseins ausländischer Kinder mit Sprachdefiziten durch Förderung überwiegend nonverbaler Leistungen im Gruppenverband

## 1.6 Verkehrsanbindung

Die Endpunkte bzw. die Einstiege des Parkours sind der Gieselerwall bzw. der Gaußberg. Von der Straßenbahnhaltestelle Wendentor ist der Gaußberg in zwei Minuten Fußweg zu erreichen. Der Gieselerwall ist von den ÖPNV- Haltestellen am Europaplatz in vier Minuten zu erreichen.

Eine Untersuchung der Fahrzeiten von Bus und Straßenbahn zu den genannten Haltestellen hat ergeben, dass die Schülerinnen und Schüler von 42 Grund-, Real- bzw. Integrierten Gesamtschulen den Parkour in angemessener Zeit erreichen können.

Grundlage war die Fahrplanauskunft der Braunschweiger Verkehrs AG:

- Acht Schulen erreichen danach die genannten Endpunkte zu Fuß am schnellsten.
- 29 Schulen benötigen Fahrzeiten zwischen 5 und 25 Minuten.
- Lediglich fünf Schulstandorte liegen etwas länger als 30 Minuten Fahrzeit von den genannten Haltestellen entfernt.

---

3 Niedersächsisches Kerncurriculum Grundschule Sport/Erwartete Kompetenzen/Erfahrungs- und Lernfeld Turnen und Bewegungskünste, Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten.

4 Niedersächsisches Kerncurriculum Grundschule Sachkunde/Fachliche Perspektiven/Zeit und Geschichte, Raum, Natur/Kompetenzen am Ende des Schuljahrgangs 4.

## 2 Die Planung der einzelnen Abschnitte

In diesem Kapitel werden erste Hinweise und Ideen zur Planung der einzelnen Parcourabschnitte vorgestellt. Die hier verwendeten Begriffe Fahrradsteig, Wandersteig, Klettersteig sind der Niedersächsischen Bauordnung unbekannt. Deshalb sollte bei einem Genehmigungsverfahren der Begriff „Trimmdichpfad“ Verwendung finden. Er kommt der Bedeutung eines Steiges am nächsten.

### 2.1 Fahrradsteig

Der Grabenabschnitt zwischen Gieselerwall und Sonnenstraße wurde u.a. deshalb als Fahrradsteig ausgewählt, weil die Wohnbebauung in diesem Bereich teilweise bis an die Grabenböschung reicht und ein Befahren von geräuschgedämmten Stegen und Geländewegen mit Rädern nahezu geräuschlos vonstatten geht.



Beim Befahren ist es unerlässlich, dass die Kinder ihre volle Konzentration auf den Steig richten. Gespräche sind kaum möglich.



#### 2.1.1 Wiese am Gieseler Wall – Übungsgelände zum Erreichen der Fahrsicherheit

Die Wiese sollte für Anfängerübungen, für Eltern mit Kindern und für Schulkinder der ersten und zweiten Klasse in Begleitung von Aufsichtspersonen frei zugänglich sein. Es werden Grundübungen angeboten, die zum Beherrschen der Fahrtechnik dienen:

- Geradeausstrecke zum Fahren lernen – sie sollte so breit sein, dass ein Erwachsener nebenher laufen kann
- Strecke in Form einer Acht zur sicheren Kurvenbeherrschung
- Slalomstrecke
- Hindernis umfahren
- Strecke mit verschiedenen Belägen: Kopfsteinpflaster, tiefer Sand, Basalt, Wasser, Schotter, Bohlensteg, Knüppeldamm
- Hügel (Steigung) fahren, mit anschließendem Waschbrett
- Balance üben: Flasche vom Wegrand aufheben, schmaler Radweg mit beidseitig abfallender Bordsteinkante und Wippe
- Strichfahren
- Schneckenrennen
- Stillstand

An der südlichen Seite der Wiese könnten auch Übungen für Fortgeschrittene angeboten werden. Als Beispiele sind zu nennen:

- Stufe rauffahren
- Stufe runterfahren
- Bunny Hopp (kleinen Baumstamm, Bordstein überfahren)
- Wheelie (Fahren auf dem Hinterrad)
- Manual (Fahren auf dem Hinterrad ohne zu treten)

**Zur Verhinderung von Querfahrten und zur Geländeschonung empfiehlt sich eine Randbebauung mit Buchsbaum oder Sträuchern.**

### **2.1.2 Der „leichte“ und der „schwierige“ Parkour**

Der Fahrradsteig wird für Kinder mit unterschiedlichen Leistungs- bzw. Fertigungsgraden ausgestaltet.

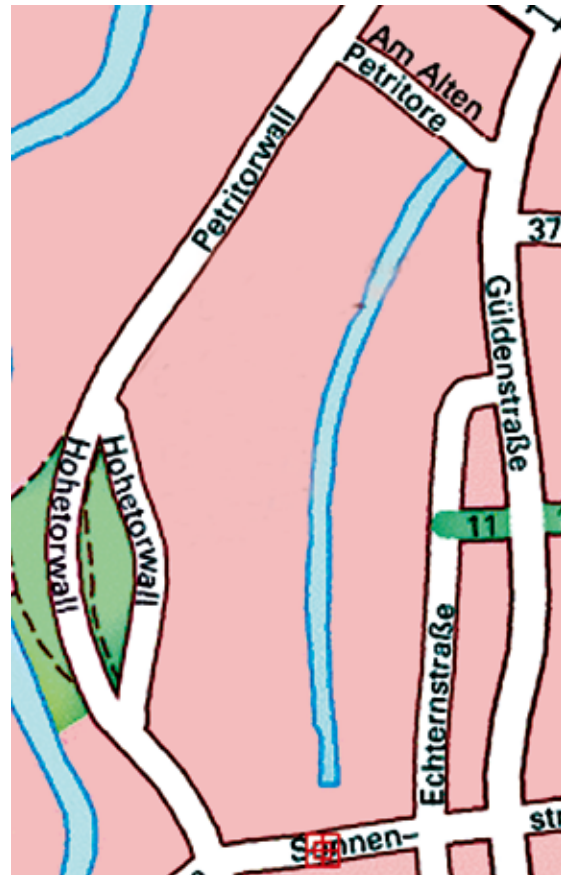
Der „leichte“ Parkour bietet eine Wiederholung der Grundübungen. Er führt nur in einer Richtung am Graben entlang. Der Rückweg erfolgt unter Begleitung von Aufsichtspersonen über die Echtern- oder Wilhelmitorstraße. Das erfolgreiche Durchfahren des „leichten“ Parkours ist sozusagen die Abschlussprüfung zum Beweis der sicheren Beherrschung des Fahrrads. Er bereitet die Kinder ergänzend auf die Verkehrssicherheitsprüfung (Radfahrprüfung in der 4. Klasse) vor.

Der „schwierige“ Parkour führt bis zur Sonnenstraße und wieder zurück zur Wiese an der Stadtmauer, teilweise auf einem Holzsteg, an den Stützmauern entlang.

„Leichter“ und „schwieriger“ Parkour überschneiden sich in Teilen. Dadurch können die Kinder, wenn sie es wollen, im gleichen Parkourabschnitt unterschiedliche Schwierigkeiten fahren.

## 2.2 Wandersteig

Der Wandersteig beginnt am Elsterflohmarkt an der Sonnenstraße und endet Am Alten Petritore.



### 2.2.1 Vorschläge für die Möblierung

Beläge:

- Knüppeldamm
- Natursteinplatten
- Knüppeltreppe
- Kopfsteinpflaster

Hindernisse:

- Durchstieg
- Überstieg: Zäune, Steinstapel
- Wände

Pfad:

- Balancieren auf Bohlen, Pfosten und Baumstämmen
- Hüpfen über Steine
- Durchwaten einer Furt
- Rampe mit Seil
- Schwingseil

Brücken:

- Seilbrücke
- Baumstamm mit Ästen
- Balancierbrücke mit Baumstammröhrenrutsche

Steilwand:

- Steg
- Lückensteg
- Balancierträger

Baumhaus:

- Strickleiter
- Plattform
- Visiereinrichtungen

Fähre:

- Schwimmpattform mit selbsttätiger Rückholeinrichtung

### 2.2.2 Umwelt- und Naturpfad auf dem Wandersteig

„Sprich Freund und tritt ein“ – „Sesam öffne dich“: Ein Abenteuer kann man nur mit Mut, Ausdauer, Können, Wissen und Überlegung bestehen. Wer die Lösungsworte kennt, die Rätsel löst und die notwendige Erfahrung hat, überlebt. Alle anderen müssen umkehren oder sind auf ewig gefangen.

Nach diesem Prinzip können die auf der Strecke angebotenen Informationen und Lernerlebnisse mit Vergnügen gelernt und vertieft werden.

### 2.2.3 Zugänge zum Wandersteig

Die Ein- und Ausstiege am Steig sind mit Codeschlössern versperrt. Wer den Code knacken will, muss den Zugangsschlüssel besitzen und die Rätsel lösen, die sich im Elsterflohmarkt (siehe Bild rechts) und auf dem Umwelt- und Naturpfad verbergen.

Der Schöpfer des Flohmarktes wird sich sicher bereit finden, sein Trödelangebot in diesem Sinne zu ergänzen oder umzuordnen. Das vergessene Kunstobjekt Elsterflohmarkt wird auf diese Weise aus seinem Dornröschenschlaf erweckt.



### 2.2.4 Vorschläge zur Nutzung

- **Schnitzeljagd** – Streckenkarte mit Hinweisen, die helfen, den richtigen Weg zu finden, und mit Aufgaben zum Erraten des Lösungswortes für den Ausstieg.
- **Visiereinrichtungen** – sie verweisen auf den Fortgang des Pfades und auf Besonderheiten der Natur am Wegesrand.
- **Lerneinrichtungen:** „Wege des Holzes“, „Entdecke die Hecke“ und „Übertreffe das Waldtier“ – solche und ähnliche Kleinprojekte sollen über Sehen, Entdecken und Erfahren das spielerische Lernen ermöglichen.
- **Die magischen Baumhäuser<sup>1</sup>** – Baumhäuser, die über eine Strickleiter zu erreichen sind und in die man sich zum Lesen, Vorlesen oder Hören von Hörbüchern zurückziehen kann. Die Strickleitern können während des Aufenthaltes hochgezogen werden, damit man ungestört bleibt. Die Bücher und Hörmedien können entweder vor Ort ausliegen oder beim Entleihen der Schlüssel ausgehändigt werden.
- **Baum- und Bachklassenzimmer** – hier können die Erfahrungen aus dem Umwelt- und Naturpfad ausgewertet und die Sieger der Schnitzeljagd prämiert werden.
- **Randbewuchs** – viele Anrainer haben ihre Grenzbebauung zum Graben völlig vernachlässigt (Wildwuchs und Verkrautung). Einzelne von ihnen könnten mit Beratung durch den Fachbereich Stadtgrün dazu angeregt werden, ihre Grenzbeplantungen so zu verändern, dass einerseits ihre Grundstücke besser geschützt und verschönert werden und andererseits ein Beitrag für den Erlebnis- und Bildungscharakter des Umweltpfades geleistet wird.

---

<sup>1</sup> Vergl. die bei Grundschulkindern besonders beliebte Buchreihe.



## 2.3 Abschnitt Klettersteig (Geschichtspfad)

Der Klettersteig beginnt „Am Neuen Petritore“ und endet an der Neustadtmühle.



Kinderklettergurt, dazu halbautomatisches Sicherungsgerät



### 2.3.1 Klettersteig Nordostseite – Die Stützmauer an der Straßenseite

Die Natursteinwand an der Straße Neuer Weg wird in voller Länge als Klettersteig genutzt. Entweder wird das schmale Grünflächenband am Uferrand überklettert oder es wird an der Wand direkt über dem Wasser, mit Hilfe von Sicherungsseilen und Fußhaltepunkten, bei unterschiedlichen Höhen- und Weitenabständen geklettert.



Das Klettern über der Wasseroberfläche erzeugt den Eindruck von Gefahr, ist aber bei der vorhandenen Wassertiefe ungefährlich. Die Benutzung von Sicherungsgurten erhöht den Eindruck von „Gefährlichkeit“ und kann der Vorbereitung auf größere Touren im Gebirge dienen.



### 2.3.2 Geschichtspfad (Klettern auf der Zeitleiste an der Nordwestseite des Grabens)

Die Betonwand des Bunkers der Okerstraße 8A–B könnte zu einer Kletterwand mit einer historischen Zeitleiste umgebaut werden. Sie zeigt die Geschichte der Stadt Braunschweig, ihrer Bürger und Feudalherrscher.



Innerhalb der Kletterwand werden Skulpturen und Reliefs mit historischer oder bauhistorischer Bedeutung als Klettergriffe angebracht. Die Längenenfernungen entsprechen z. B. der verstrichenen Zeit, die Höhengsprünge den Zeitabschnitten und der Bedeutung des jeweiligen historischen Ereignisses.

Es könnte auch ein Putzgraffitti auf der Kletterwand zu sehen sein, das den mittelalterlichen Festungsgraben in seinem gesamten Umfang, zusammen mit den historischen Gebäuden der Stadt, zeigt. Mit diesem Parkourteil sind zwei Absichten verbunden:

- Körperbeherrschung, Mut und Intelligenz werden beim Klettern geübt
- Braunschweiger Geschichte wird im Wortsinn erfass- und begreifbar gemacht

## 2.4 Abschnitt Flusswanderweg

Der Flusswanderweg beginnt an der Neustadtmühle und endet am Gaußberg.

### 2.4.1 Umbau des Stauwehrs an der Neustadtmühle

- Die zur Begrenzung der Fließgeschwindigkeit dienende Schwelle am Fuß des Wehrs wird weggenommen.
- Der Graben am Wehr wird zur Erhöhung der Fließgeschwindigkeit trichterförmig eingengt.
- Durch Veränderung der Durchflussmenge und Abweisung kann der Parkour mit verschiedenen Fließgeschwindigkeiten gepaddelt werden.
- Eine Einsetzstelle für Kajaks wird eingerichtet.



Das Wehr und die durch Wände geschützten Teile der Strecke im Bereich der Neustadtmühle können für bildungspädagogische Zwecke genutzt werden. Beispiele: Erklären der Aufgaben von Staudämmen und Wehren (Energiegewinnung, Hochwasserschutz usw.); Vorführung der Eigenschaften von Fließgewässern (Wirbelbildung, Umkehrwasser usw.).



### 2.4.2 Hindernisse im Graben

Um den Eindruck eines Wildwassergrabens zu verstärken und einen sportlichen Trainingscharakter zu erreichen, werden Findlinge und andere natürliche Hindernisse im Graben verlegt, um die herumgepaddelt werden muss. Das verändert zwar teilweise den Eindruck des Grabens, dafür verschwinden dauerhaft Sperrmüll und andere Verunreinigungen.

### 2.4.3 Liantor

Die erste Brückendurchfahrt wird mit einem Pflanzenvorhang (Knöterich oder anderes) verschlossen, der nur eine enge Durchfahrt erlaubt.

### 2.4.4 Vorschlag für den Bewuchs der Böschung

Der Fachbereich Stadtgrün und die Johannes-Selenka-Schule könnten gemeinsam eine ergänzende Begrünung der Böschung mit Sträuchern, Büschen und Bäumen durchführen, die den Erlebnischarakter der Strecke erhöhen. Die Abteilung Garten- und Landschaftsbau der Johannes-Selenka-Schule könnte die Pflege der Anlagen übernehmen.

### 3 Sonderprojekte am Parkour

#### 3.1 Wasserwerkstatt

Auf dem Gelände der Neustadtmühle neben dem Wehr wird eine Wasserwerkstatt errichtet.

##### 3.1.1 Wasserrinne

Sie dient zum Einsetzen und Ausprobieren kleiner mechanischer Experimentiermodelle (Wasserräder, Hebewerke usw.), die von den Kindern im Unterricht angefertigt werden.

##### 3.1.2 Bootsteich

Auf ihm werden kleine Bootsmodelle (Segelboote, Gummimotorboote usw.) ausprobiert, die von den Kindern im Unterricht oder zu Hause angefertigt werden.



#### 3.2 Gelände für Kinderfeste

Zwischen Neustadtmühle und Gaußberg führt eine steinerne Bogenbrücke über den Stadtgraben (Bosselgraben). Jenseits der Brücke hat die Johannes-Selenka-Schule linkerhand einen Spielplatz für Schülerinnen und Schüler mit Niedrigseilgarten, Tipi und Basketballkorb eingerichtet. Rechterhand der Brücke liegt ein kleines, unberührtes Waldgrundstück, das der Stadt Braunschweig gehört.

Die Johannes-Selenka-Schule und der Verein Wild und Verwegen e. V. planen dort gemeinsam ein geschütztes Gelände für Kinderfeste (Geburtstage, Klassenfeiern usw.).



Alle in dieser Ausarbeitung enthaltenen Vorschläge, Ideen und Gedanken im strategischen und im kreativen Bereich sind geistiges Eigentum von **Wild und Verwegen e. V.**

Sie unterliegen uneingeschränkt den geltenden deutschen Urhebergesetzen. Ihre Verwendung, auch von Teilen des Konzepts, bedarf der schriftlichen Genehmigung von Wild und Verwegen e. V. Die Vervielfältigung dieser Ausfertigung und Weitergabe an Dritte bedarf der Genehmigung von **Wild und Verwegen e. V.**

Wir freuen uns auf Ihr Feedback.

**Wild und Verwegen e. V.**

Marienstraße 30

38104 Braunschweig

[www.wildundverwegen.de](http://www.wildundverwegen.de)

[info@wildundverwegen.de](mailto:info@wildundverwegen.de)