



## ELTERNINITIATIVE HERZKRANKER KINDER KÖLN E.V.

Die Elterninitiative Herzkranker Kinder in Köln hatte wieder eine coole Idee:

**Kölner Herz-Teens  
bezwingen die Wellen**



**A**m 15.06.2024 wurde der erste Herz-Teenie Tag der Elterninitiative Herzkranker Kinder, Köln e.V. angeboten. Die Jugendlichen trafen sich an der Wassersportanlage Langenfeld. Zusammen mit dem Verein Wellenbezwingen e.V. aus Köln sollte die Veranstaltung stattfinden. Es hatte sich eine wunderbare Kooperation ergeben: Die Kölner Herz-Teens im Alter von 12-16 Jahren durften an diesem Tag das Wellenreiten auf der Welle der Wassersportanlage Langenfeld ausprobieren. Natürlich unter fachkundiger Anleitung der geschulten Trainer von Wellenbezwingen e.V.

Nach den ersten obligatorischen Aufwärmübungen ging es mit Surfbrett und Neoprenanzug in den See. Da es ein recht kühler Tag war, konnten sich die Jugendlichen mit

dem Anzug besser an die Temperatur gewöhnen und sich mit dem Surfbrett vertraut machen.

Danach ging es auf die Welle! Und die macht Eindruck!

Eine motorisierte Anlage erzeugt mitten im See eine stehende Welle mit einer Höhe von 1,60 Meter! Unter der sehr motivierenden Anleitung trauten sich dann doch alle Teilnehmenden auf die Welle. Und sie schafften sogar einige Sekunden auf der Welle zu reiten und auf dem Surfbrett stehen zu bleiben.

### Die Welle wurde bezwungen!

Die Gemeinschaft der Gruppe und vor allem die Betreuer haben den Jugendlichen sehr viel Sicherheit gegeben. Nach dem schönen und anstrengenden Tag gab es für

alle im Anschluss leckere Pommes. Denn nirgends schmecken die Pommes besser als beim Baden! Beim gemeinsamen Abschlussspiel, bei dem auch die Eltern mitmachen konnten, hat sich noch einmal gezeigt, dass eine gute Gemeinschaft so einiges stemmen kann. Und wie wichtig es ist, sich gegenseitig zu vertrauen und sich aufeinander verlassen zu können.

Für das kommende Jahr ist ein monatlicher Wellenreiten- und Surfkurs in Kooperation mit Wellenbezwingen e.V. von Mai bis September geplant. Interessierte Jugendliche im Alter von 12-18 Jahren können sich auf der Webseite der Elterninitiative herzkranker Kinder Köln e.V. gerne hierzu anmelden und nähere Informationen erhalten.



Mehr über die Elterninitiative Herzkranker Kinder Köln e.V. findet ihr unter:

[www.herzkranke-kinder-koeln.de](http://www.herzkranke-kinder-koeln.de)