

Mann des Monats Conny König

Kinder und Jugendliche leiden mehr denn je unter Bewegungsmangel. Fernseher, Computer, Handy, MP3-Player und Co holen die Welt ins Wohnzimmer. Sport und Spiel in der Natur haben immer häufiger das Nachsehen. Die Folge sind oftmals körperliche und seelische Defizite. Wertschätzung, Motivation und Selbstbewusstsein sind für viele Fremdwörter. Genau dieses Problem hat sich der 8-fache österreichische Box-Meister Conny König zu Herzen genommen und bringt Kindern bei, mit Aggression und Kraft richtig umzugehen.



Angefangen als gelernter Bankkaufmann, fand Conny König sehr bald seine Berufung als Boxer. Seine Erfolge im Boxsport können sich sehen lassen: 8-maliger österreichischer Meister, 3. Platz bei der Junioren-WM in Japan, 3. Platz bei der Military-WM in Uganda und Olympiateilnehmer in Los Angeles 1984. „Ich wollte mit dem Boxen mehr bewegen“, so der 48-Jährige. Selbst Vater zweier Töchter, hat er seinen Fokus seit einigen Jahren ganz und gar auf das Coaching von Kindern gelegt. Heute ist die Nachfrage so groß, dass er tagtäglich zwischen zahlreichen Schulen, dem Sportzentrum in Rif, der Paracelsus-Parkklinik und vielem mehr hin und her pendelt, um Kindern mit sozial emotionalen Defiziten zu mehr Lebensfreude zu verhelfen.

GEWALTFREIE KONFLIKTLÖSUNG

Boxen ist nicht einfach nur zuschlagen. „Beim Boxen geht es um Taktik, Geschicklichkeit, Schnelligkeit und um Denkprozesse“, weiß Conny König, „Boxen ist ein Fechten mit der Faust, dafür muss man absolut clever sein.“ Das Training zielt darauf ab, den Kindern die Kanalisierung ihrer Aggressionen und den gewaltlosen Umgang mit ihrer Umwelt nahe zu bringen. Aufmerksamkeitsdefizite (ADS), Hyperaktivität, Lernprobleme, Adipositas, Gewaltbereitschaft aufgrund von einem schwierigen Migrationshintergrund oder aus Langeweile stehen heute oft an der Tagesordnung. Bereits im Kindergartenalter zeichnen sich solche Verhaltensauffälligkeiten ab. „In meinen Coachings schenke ich den Kindern Aufmerksamkeit, ich akzeptiere sie so, wie sie sind, baue Vertrauen auf



und zeige ihnen aber auch ganz klar ihre Grenzen.“ In den Trainings wird den Kindern und Jugendlichen so einiges abverlangt – Reaktionsfähigkeit, Schnelligkeit und vor allem auch Koordination sind nur einige der Bereiche, die bei diesem Training angesprochen werden. Die Kinder bauen dabei Aggressionen und Stress ab, entwickeln Sozialkompetenz sowie ein eigenes Körpergefühl. Sie erleben Anerkennung, erlernen Fairplay und spüren oft zum ersten Mal ein Wir-Gefühl. Nicht zuletzt ist das Boxen eine absolut sinnvolle Freizeitbeschäftigung. Mütter und Kinder sind restlos begeistert von den Erfolgen der Trainings, die neben der körperlichen Anstrengung auch jede Menge Spaß bereiten. Nebenbei bietet Conny König das Boxtraining auch in Managerkursen an, was auch bei vielen Spitzensportlern und bekannten Persönlichkeiten sehr gut ankommt.

DURCHSCHLAGENDER ERFOLG

Die Liste der Schulen, Jugendzentren und Kliniken im Bundesland Salzburg und im angrenzenden Bayern, in denen der Amateur-Boxer bereits mit Kindern trainiert hat, ist lang. Wichtige Unterstützung erhält er dabei von der Firma Ökofarm, Intersport Eybl, dem Energiezentrum Goldberg, Hotel Hubertushof, SCA, Fa. Adolf Wiebecke und Salzburger Land – Das Milchparadies. Seine Vision für die Zukunft: Ein eigenes Trainingszentrum – ein Bauernhof, auf dem er Kindern ohne Handy und ohne Computer mitten in der Natur den Boxsport und die Freude am Leben näher bringen kann.
www.connykoenig.at

SIGRID FELBERSOHN