

Fussball: Damit das Grümpeltornier nicht zum Humpeltornier wird

Grümpeltorniere haben bei vielen Betrieben und Vereinen einen festen Platz im Sommerkalender. Sie bieten die Gelegenheit, bei gesunder sportlicher Betätigung an der frischen Luft, den Teamgeist zu stärken. In der Hitze des Gefechts und vom Alkohol beflügelt, gehen die Regeln des Fairplays allerdings gerne vergessen. Mangelnde Technik wird durch Körpereinsatz kompensiert, untrainierte Muskeln und Bänder überstrapaziert. Mit Folgen: Bei Grümpeltornieren ist das Verletzungsrisiko doppelt bis dreimal so hoch wie bei Klubfussballspielen – ein Umstand, der für die vielen Unfälle im Fussball mitverantwortlich ist: Im Schnitt sind es 53'000 pro Jahr. Das sind fast 20 Prozent aller Sportunfälle. Dies macht Fussballspielen zur unfallträchtigsten Sportart.

Damit das Spielfeld nicht zum Schlachtfeld wird, empfiehlt die bfu allen Grümpeltornierspielern diese sechs Regeln:

- Nur gesund, fit und leistungsfähig mitspielen
- Im Training und während des Spiels Nockenschuhe und Schienbeinschoner tragen
- Vor jedem Spiel mindestens 15 Minuten aufwärmen
- Durch schnelles Abspielen Zweikämpfen ausweichen
- Fair spielen und den Gegenspieler respektieren
- Während des Turniers auf Alkohol verzichten.



Links

Das bfu-Informationsblatt „Grümpeltorniere“:
http://shop.bfu.ch/pdf/107_42.pdf