
Ein KOOPERATIONSPROJEKT von JUGENDARBEIT und SCHULE mit folgenden Partnern:
Jugendverband SJD-Die FALKEN; FB Jugend und Familie der Landeshauptstadt Hannover; BBS 3 – Schule am Bau;
Verein für Erlebnispädagogik und Jugendsozialarbeit VEJ e.V.; Jugendverband der ev. Freikirchen;
Stadt Hemmingen Jugendpflege; Naturfreundejugend Hannover, und dem Jugendhilfeträger BAF e.V. .

Geschäftsstelle: Seilgarten Hannover c/o, SJD-Die FALKEN Bezirksverband Hannover, Walderseestraße 100, 30177 Hannover
Tel: 0511 – 69 66 003, Fax: 0511 – 37 10 47, eMail: info@seilgarten-hannover.de., Internet: www.seilgarten-hannover.de
Bankverbindung : SEB Bank, Kto. Nr. 1 006 003 800, BLZ 250 101 11

Was sollte ich wissen - Informationen zu Ihrem Tag im Seilgarten Hannover

Gelände:

Der „Seilgarten Hannover“ befindet sich auf dem Gelände des Erlebnishofes WAKITU in der Eilenriede. Der WAKITU ist eine kommunale Kinder- und Jugendeinrichtung der Landeshauptstadt Hannover.

Das Gelände ist im Sommer durch hohe Eichen und Buchen überwiegend angenehm und schattig. Sanitäre Anlagen sind vorhanden, bei unbeständigem Wetter steht ein überdachter Wetterschutz zur Verfügung.

Bei gutem Wetter hat auf einen angrenzenden Spielplatz ein kleines Bistro geöffnet.

Anfahrt:

- Mit der Stadtbahnlinie 3 +7 (Richtung Lahe und Fasanenkrug) sowie mit der Buslinie 132, 200 und 100.
- Haltestelle Lister Platz, ca. 5 Minuten Fußweg, gegenüber der St. Markus Kirche in der Eilenriede in die Richard-Wagner Straße, über die Fußgängerampel der Hohenzollernstr.
- Die Haltestelle ist zwei Stationen vom Hauptbahnhof entfernt.
- Das „Niedersachsenticket“ der DB berechtigt auch zur Benutzung der öffentlichen Verkehrsmittel im hannoverschen Stadtgebiet
- Der Fußweg zum Seilgarten vom Hauptbahnhof aus beträgt ca. 15 bis 20 Minuten.
- Parkplätze sind in der List meist schwer zu bekommen, wir empfehlen daher die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln.
- Eine Umgebungsskizze finden Sie auf unserer Internetseite.

Kleidung:

- Die Kleidung wird unter Umständen beansprucht und kann schmutzig werden.
- Wir empfehlen Kleidung, die bequem sitzt, genügend Bewegungsfreiheit lässt (nach Möglichkeit keine engen Jeans) und strapazierfähig ist.
- Wir empfehlen festes Schuhwerk - bei trockenem Wetter gehen auch Sportschuhe (keine Sandalen, keine Ballerinas).
- Die Kleidung sollte den Wetterverhältnissen angepasst sein:
 - Regen: Regenjacke, Regenhose oder Regenponcho, lange Hose, festes Schuhwerk
 - Sonne: leichte, aber beanspruchbare Kleidung & Sportschuhe (langärmelige T-Shirts und lange Sommerhosen – keine Tops und möglichst nicht bauchnabelfrei, die Gurte drücken dann).
 - Im Frühjahr und Spätsommer dauert es im schattigen Wald auch bei sonnigem Wetter, bis sich die Luft erwärmt hat. TN sollten daher auch an Jacken oder Pullover denken.
- Körperschmuck, Ringe, Uhren und Bauchnabelpiercings müssen während der Programme aus Sicherheitsgründen abgenommen bzw. abgeklebt werden.
- Handys und MP3 Player müssen aus Sicherheitsgründen in den Rucksäcken verstaut werden.

Programm:

- Das Programm findet auch bei Regen statt (Ausnahmen sind schwerer Dauerregen, Sturm, Hagel, Gewitter)
- Das Programm beginnt mit einer Begrüßung, einer Sicherheitseinweisung (worauf muss ich achten, was darf ich nicht ...) und anderen organisatorischen Hinweisen.
- Bei einem Teamtrainingsprogramm findet mindestens die Hälfte der Aktivitäten am Boden statt.
- Hierbei stehen kooperative Abenteuerspiele und Aufgaben auf Niedrigseilelementen im Mittelpunkt.
- Teilnehmer/innen, die Angst haben, unsicher oder bewegungseingeschränkt sind, können sich hier gut integrieren und ihre Angst ein wenig abbauen.
- Bei einem Freizeitprogramm startet das Programm in der Regel mit ein bis zwei kleinen Balancierübungen und ein kleinen Teamaufgabe, damit unsere Trainer einen ersten Eindruck von der Gruppe bekommen und einschätzen können, was den einzelnen Teilnehmern zugemutet werden kann (Dauer ca. 20-35 Minuten)
- Nach einer kurzen Pause geht es im zweiten Teil in den Hochseilbereich.
- Wir arbeiten nach dem Prinzip der Freiwilligkeit („Challenge by choice“). Die Teilnehmer/innen entscheiden selbst, wo ihre Grenzen sind. Unsere Trainer/innen versuchen aber, positive Motivationshilfe zu geben.
- Je nach Alter und Gruppenkompetenz sowie nach Einschätzung unserer Trainer/innen übertragen wir Teilnehmer/innen auch Sicherungsaufgaben am Boden. Auch hier haben Teilnehmer/innen, die sich dem Klettern verweigern, Gelegenheit, sich auch am Boden aktiv an dem Geschehen zu beteiligen.
- Wir empfehlen auch, Teilnehmer/innen, die aus gesundheitlichen oder anderen Gründen nicht mitmachen können oder wollen, mit der Dokumentation des Seilgartenbesuches per Digitalkamera zu beauftragen, um sie so am Geschehen teilhaben zu lassen.
- Bei Bedarf stellt der Seilgarten auch eine kleine Digitalkamera zur Verfügung, ein dazugehöriger SD Chip kann gegen einen Unkostenbeitrag in Höhe von 10,00 € erworben werden.

Getränke und Essen

- Die Teilnehmer/innen sollten genügend Getränke dabei haben (0,75-1 Liter), am besten Wasser oder Schorle, möglichst keine Softdrinks.
- Im Sommer gibt es auf dem Gelände häufig Wespen, deshalb empfehlen wir keine Süßigkeiten und zuckerhaltige Getränke.
- Klettern und Abenteuerspiele verbrauchen viel Energie, deshalb sollten die Teilnehmer/innen ausreichend Proviant dabei haben.

Vorbereitung mit Ihrer Gruppe

Besonders bei Schulklassen und Jugendgruppen empfehlen wir, den Besuch des Seilgartens mit den Teilnehmer/innen vorher durchzusprechen. In dieser Vorbereitung sollte es nicht nur um organisatorische Fragen gehen, sondern auch um eine inhaltliche Einstimmung. Sie können dort:

- das Programm vorstellen
- Ihre Intentionen und Ziele, die Sie mit dem Seilgartenbesuch verknüpfen, den Teilnehmer/innen transparent machen sowie
- die Erwartungen der TN abfragen und abschließend
- den TN Gelegenheit geben, Ihre Ängste und Unsicherheiten anzusprechen.

Sollte mit dem Besuch des Seilgartens auch eine Nachhaltigkeit erzielt werden, empfehlen wir darüber hinaus auch eine inhaltliche Nachbereitung durchzuführen.

Für Vor- und Nachbereitungen bieten auf unserer Internetseite unter dem Menüpunkt „DOWNLOADS“ dafür ein paar Anregungen an.

Gesundheitscheck/Medical Screening:

Die Gesundheitscheckliste dient der Sicherheit der Teilnehmer/innen.

Alle Angaben werden vertraulich behandelt. Die Gesundheitsliste finden Sie unter dem Menüpunkt „DOWNLOADS“ auf unserer Internetseite und kann dort herunter geladen werden. Bei Schulklassen und Jugendgruppen reicht auch eine Liste für die gesamte Gruppe. Bei Erwachsenen empfehlen wir das Ausfüllen von Einzelbögen.