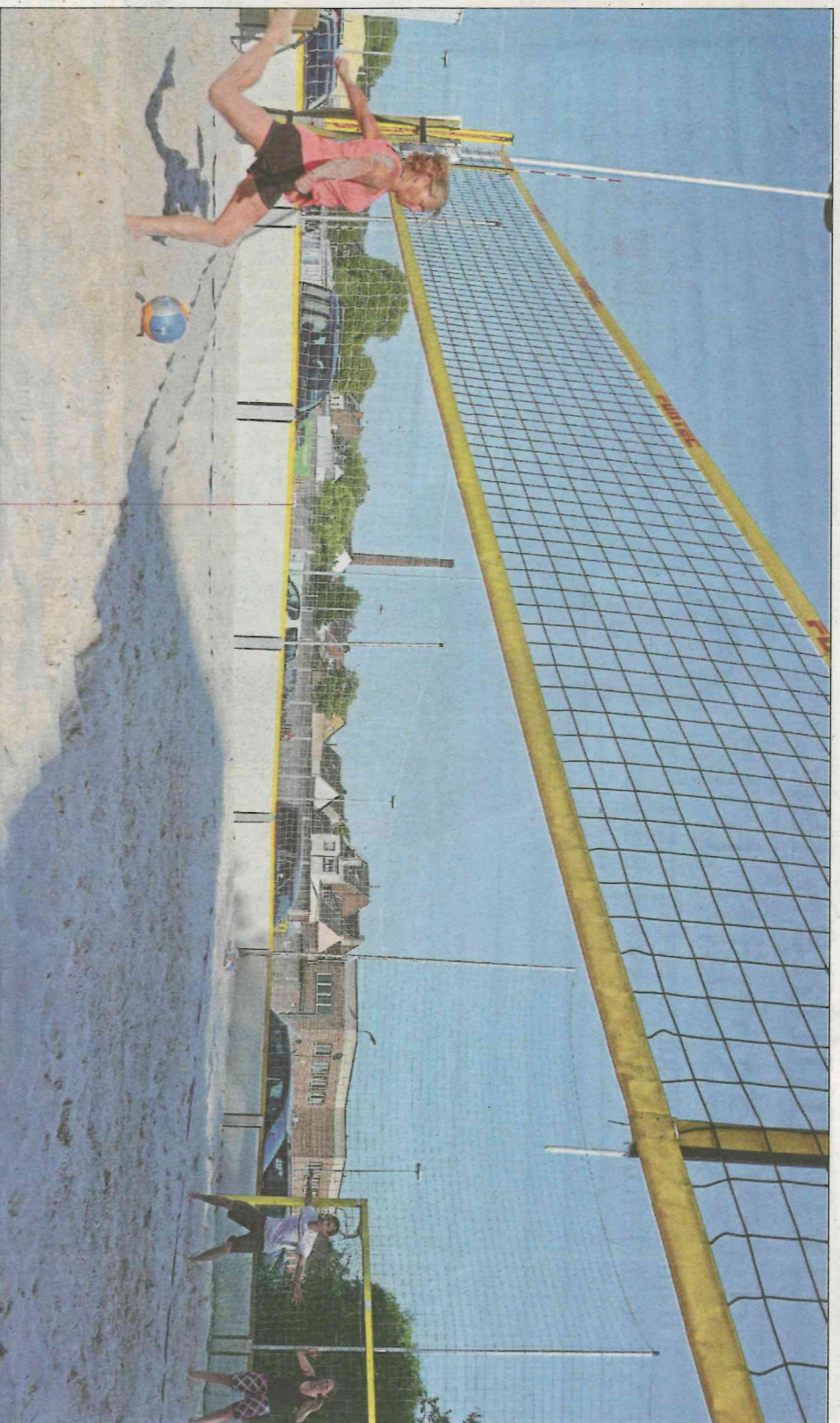


Ein Spiel mit Hand und Fuß

Von Beuelern erfunden: „Trisand“ vereint drei Sportarten. Verein hat 40 Mitglieder



Beim Trisand darf Barbara Lammfuß den Beachvolleyball auch unterm Netz hindurch schießen.

FOTO: STEFFAN KNOPP

VON STEFFAN KNOPP

BEUEL. Ein Punkt noch, und wir haben gewonnen. Jürgen Stein und ich warten auf den Aufschlag des Duos auf der anderen Seite des Beachvolleyballnetzes. Der Ball kommt – und Stein fängt ihn auf. Punkt für die anderen! Mein Mitspieler schleudert den Ball unterm Netz zwischen den Gegenspielern hindurch in das Handballkor hinter ihnen – wir haben das Spiel gewonnen.

Das würde aber auch Zeit, denn ich bin völlig außer Puste. Schließlich bin ich es nicht gewöhnt, mich auf dem feinen Strandsand zu bewegen, und anders als beim Beachvolleyball gibt es bei der Sportart, die wir spielen, keine Pause zwischen den Ballwechseln: „Trisand“ setzt auf Tempo, man muss immer auf Zack sein.

Trisand kombiniert Beachvolleyball mit Hand- und Fußball, wobei letztere vorrangig beim „Toast-Versuch“, also dem Wurf oder Schuss auf die Tore zum Einsatz kommen. Allerdings darf man auch mit dem Fuß aufschlagen. Toast wird das Tor genannt.

Eine ausgeflippede Idee, die da 2010 entwickelt wurde. „Wir sind alle ein bisschen verrückt und haben ganz viele Sportlehrer und sportliche Leute dabei“, sagt Fabian Wunderlich. „Und wir mögen einfach keine Pausen.“ Die Idee

entstand beim Beachvolleyballspielen in Verbindung mit Herumalbern in den Wartezeiten und einigen Schüssen auf Tor zum Zeitvertreib. Damit war Trisand geboren. „Und dann hat sich das immer weiterentwickelt. Welche taktischen Überlegungen beispielsweise notwendig sind, damit man möglichst viele Toasts erzielt.“

Die meisten „Erfinder“ dieser Sportart arbeiten beim Verein für Behindertensport, entweder im Vorstand wie Barbara und Burkhard Lammfuß, oder waren dort Zivildienstleistende.

Das Spiel

Die Regeln entsprechen weitgehend denen des Beachvolleyballs: Zu beiden Seiten des Netzes stehen je **zwei Spieler**, die den Ball maximal drei Berührungen lang auf ihrer Seite halten dürfen. Fällt der Ball im gegnerischen Feld auf den Boden, ist das ein Punkt. Wer als **erster 15 Punkte** erreicht gewinnt. Die **Besonderheit** beim Trisand ist, dass die, die den Ballwechsel verloren haben, versuchen können, den Ball in das Tor zu werfen oder schießen, dass hinter dem gegnerischen Feld steht. Treffen sie das Tor, ist das ein Punkt. Die Gegner versuchen, das zu verhindern. Der Ball darf

Inzwischen hat der Verein „1. Trisand Born“ rund 40 Mitglieder, viele sind laut Wunderlich auch Studierende an der Köhler Sporthochschule. Dort stellt der Verein jedes Jahr die Sportart vor. „Wir versuchen natürlich, das Spiel auch in anderen Städten bekannt zu machen. Bislang funktioniert das noch nicht so gut.“ Aber das soll sich ändern, etwa durch die

„Wir sind mit sehr viel Enthusiasmus dabei“

Burkhard Lammfuß
Vereinsmitglied

„Trisand-WM“, deren fünfte Ausgabe am Samstag in Beuel ausgetragen wurde.

Mein Mitspieler ist nicht annähernd so außer Atem wie ich.

auch unter dem Netz hindurch geschossen werden. Auf diese Weise können beide Teams in einem Ballwechsel punkten.

Rollt der Ball, nachdem er im gegnerischen Feld aufgeschlagen ist, in deren Tor, bekommen die Ballwechselsieger noch einen zweiten Punkt. Pausen zwischen zwei Ballwechseln sind nicht vorgesehen: Die Aufschlagenden können die Gelegenheit nutzen, wenn die Gegner noch nicht richtig positioniert sind. Eine weitere Spezialregel ist, dass man den Ball nicht über's Netz pritschen darf. *kpo*

Dreimal in der Woche wird trainiert – da eigne man sich die Ausdauer schon an, sagt Stein. Gespielt wird von April bis Oktober. Bei jedem Wetter treten die Mitglieder an.

„Wir sind mit sehr viel Enthusiasmus dabei. Es macht so viel Freude, auch mit den Jüngeren hier zusammen zu sein. Auch wenn der Sand am Ende überall am Körper klebt. Burkhard Lammfuß – von Haus aus Fußballer – zählt zu den älteren Mitgliedern. Er hat Trisand aus zwei Gründen für sich entdeckt: „Zum einen kann ich auch als Nichtvolleyballer mithalten, zum anderen war mir das Fußballspielen zu anstrengend.“ Nicht zuletzt tue ihm Trisand als Ausgleich zu seiner sitzenden Tätigkeit gut. „Seither habe ich keine Rückenschmerzen mehr.“

Und Lammfuß reizt, dass Trisand ein generationsübergreifender Sport ist: Er als Über-50-Jähriger spielt mit seiner Tochter zusammen – es gibt keine festen Teams. „Im Grunde genommen wechseln wir innerhalb der zwei, drei Stunden, die wir hier sind. Da spielt jeder mal mit jedem.“

➤ **Trainiert** wird dienstags ab 17 Uhr und ab 19 Uhr, donnerstags ab 18 Uhr und sonntags ab 16 Uhr auf den Beachvolleyballfeldern an der Sportfabrik, Augustastrasse 32. Infos auf www.trisand.de