

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

Gelände:

Der „Seilgarten Hannover“ befindet sich auf dem Gelände des Erlebnishofes WAKITU in der Eilenriede. Hohenzollernstraße 57, 30161 Hannover, einer kommunalen Kinder- und Jugendeinrichtung.

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 bewirtschaftetes Bistro geöffnet.

Anfahrt:

- mit der Stadtbahn von der Station Hauptbahnhof bis zur Station Lister Platz
Linie 3 Richtung *Altwarmbüchen*, Linie 7 Richtung *Schierholzstraße*, Linie 9 Richtung *Fasanenkrug*
- von der Haltestelle Lister Platz, ca. 5 Minuten Fußweg, gegenüber der St. Markus Kirche in die Oskar-Winter Straße, über die Fußgängerampel der Hohenzollernstraße in die Eilenriede. Die Haltestelle Lister Platz ist zwei Stationen vom Hauptbahnhof entfernt.
- Das „Niedersachsenticket“ der DB berechtigt auch zur Benutzung der öffentlichen Verkehrsmittel im hannoverschen Stadtgebiet. Bitte aber beachten: Das Niedersachsenticket gilt wochentags erst ab 09.00 Uhr
- 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**. Am Seilgarten kann **nicht** geparkt werden, da die Anlage sich im Stadtwald befindet!
- Eine Umgebungsskizze finden Sie auf unserer Internetseite unter dem Menüpunkt „Downloads“.

Eingang:

Der **Eingang vom Seilgarten befindet sich im hinteren Bereich** vom „Erlebnishof WAKITU“. Dort können auch Fahrräder abgestellt werden. Bitte nicht mit Fahrrädern über das Gelände fahren.

Kleidung:

- Die Kleidung wird unter Umständen beansprucht und kann schmutzig werden.
- Wir empfehlen Kleidung, die bequem sitzt, genügend Bewegungsfreiheit lässt und strapazierfähig ist (nach Möglichkeit keine engen Jeans oder enge kurze Hosen, keine Röcke).
- Wir empfehlen festes Schuhwerk - bei trockenem Wetter gehen auch Sportschuhe, aber bitte keine Sandalen, keine Ballerinas, keine FlipFlops u.ä.! Bei unbeständigem Wetter oder niedrigen Temperaturen sind Chucks oder Stoffschuhe nicht zu empfehlen.
- Die Kleidung sollte den Wetterverhältnissen angepasst sein:
 - unbeständig: Regenjacke, Regenhose oder Regenponcho, lange Hose, festes Schuhwerk, keine Chucks.
 - Sonne: leichte, aber beanspruchbare Kleidung & Sportschuhe. Empfehlung: T-Shirts möglichst ohne weiten Rundhalsausschnitt, keine ganz kurzen Shorts, keine Tops und möglichst nicht bauchnabelfrei - die Gurte können sonst schnell drücken).
 - Im Frühjahr und Spätsommer dauert es im schattigen Wald auch bei sonnigem Wetter, bis sich die Luft erwärmt hat. Teilnehmer/innen sollten daher in dieser Jahreszeit auch an Jacken oder Pullover denken.
- Körperschmuck wie Ringe, Uhren, Ohringe und Bauchnabelpiercings müssen während der Programme aus Sicherheitsgründen abgenommen bzw. abgeklebt werden.
- Handys u.a. elektronische Medien müssen aus Sicherheitsgründen in den Rucksäcken verstaut werden.

Programm:

- Das Programm findet auch bei Regen statt (Ausnahmen sind Dauerregen, Sturm, Hagel, Gewitter – in diesem Fall ist eine Vorabverständigung am Tag vorher möglich – bitte deshalb unbedingt dem Koordinationsbüro eine Handynummer der Gruppenleitung mitteilen).
- Das Programm beginnt mit einer Begrüßung, einer Sicherheitseinweisung (worauf muss ich achten, was darf ich nicht?) und anderen organisatorischen Hinweisen.

- Ist ein Team – oder Kompetenztrainingsprogramms gebucht, finden je nach vorheriger Absprache ein Teil der Aktivitäten am Boden statt.
- Hierbei stehen kooperative aufgabenbezogene Aktivitäten am Boden und auf Niedrigseilelementen im Mittelpunkt.
- Teilnehmer/innen, die Angst haben, unsicher oder bewegungseingeschränkt sind, lassen sich hier gut integrieren und können Ängste oder Vorbehalte abbauen.
- Bei einem Freizeitprogramm mit Kindern startet das Programm bei Bedarf mit einer Balancierübung oder einer kleinen Teamaufgabe, damit unsere Trainer einen ersten Eindruck von der Gruppe bekommen und einschätzen können, was den einzelnen Teilnehmern zugemutet werden kann (Dauer ca. 15-20 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 unter Anleitung auch Sicherungsaufgaben am Boden. Auch hier haben Teilnehmer/innen, die nicht klettern möchten, Gelegenheit, sich auch am Boden aktiv an dem Geschehen zu beteiligen.
- Bei pädagogischen Trainingsprogrammen erfolgt die Prozessbegleitung in der Regel durch pädagogisch qualifizierte und ausgebildete Fachkräfte (Sozialpädagogen/innen, Erzieher/innen, Lehrer/innen).
- Wir empfehlen, 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.

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.

Hunde:

Hunde auf dem Gelände sind aus Sicherheitsgründen nicht erlaubt.

Vorbereitung mit Ihrer Gruppe bei Trainings:

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, Wünsche, Ängste und Unsicherheiten anzusprechen.

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

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 heruntergeladen werden.

Bei Schulklassen und Jugendgruppen reicht auch eine Liste für die gesamte Gruppe.

Bei Erwachsenen empfehlen wir das Ausfüllen von Einzelbögen.

Ermäßigung für Inhaber/innen des „Hannover Aktiv Passes“:

Teilnehmer/innen aus Hannover Stadt, die einen gültigen „Hannover Aktiv Pass“ haben und maximal 18 Jahre alt sind, erhalten für bestimmte Veranstaltungen auf Nachfrage Ermäßigung auf unseren Teilnehmerbeitrag.

Weitere Informationen dazu können Sie auf Nachfrage per eMail über unser Büro erhalten.

Einverständniserklärung bei minderjährigen Teilnehmer/innen:

Mit der Unterschrift unter dem Vertrag bestätigen Sie uns, dass Sie sich bei minderjährigen Teilnehmer/innen vorher das Einverständnis der Erziehungsberechtigten eingeholt haben. Eine Vorlage vor Ort ist nicht zwingend erforderlich.