Hinter Gittern: Trainer radelt mit den Häftlingen

Fitnessexperte gibt Straftätern in der Justizvollzugsanstalt Koblenz einen Schnupperkurs – Zehn Fahrräder verschenkt

KOBLENZ. Ein Banküberfall, ein Drogengeschäft, eine wüste Schlägerei: Wer im Norden von Rheinland-Pfalz nach einer Straftat verhaftet wird, kommt als Untersuchungshäftling in die Justizvollzugsanstalt (JVA) Koblenz. Damit den Männern und Frauen das Nachdenken und die Einsamkeit in der Zelle leichter fallen, gab ihnen Fitnesstrainer Patrick Klein (34) aus Emmelshausen (Rhein-Hunsrück-Kreis) kürzlich einen kostenlosen Schnupperkurs für das Radeln auf einem Heimtrainer (englisch: Indoorcycling oder Spinning).

Der kleine Sporthof der JVA: Ringsherum vergitterte Fenster, meterhohe Mauern und Stacheldrahtverhau. Aus vier mächtigen Lautsprechern donnert AC/DCs Rockhymne „Highway To Hell". Die Bässe peitschen voran, Klein tritt kräftig in die Pedale seines Drahtesels – genauso die Häftlinge vor ihm. Sie radeln in seine Richtung, bleiben aber auf der Stelle. Er kommandiert ins Mikro: „Tempo halten! Jetzt wird es schwerer!" Klein, der selbst gut zehn Stunden pro Woche auf dem Heimtrainer strampelt, versucht, die Häftlinge nach Kräften zu motivieren. Und die sind ihm dankbar für die Abwechslung vom tristen Gefängnisalltag.

Zwei Freunde, Mitarbeiter der JVA, brachten Klein auf die Idee für den Kurs. 95 Gefangene meldeten sich an. Der 34-Jährige ist begeistert: „Die Gefangenen machen toll mit. Und sie sind freundlich."

Patrick Klein (34) tritt mehr als zehn Stunden pro Woche in die Pedale.

Derzeit sitzen in der JVA Koblenz 270 Häftlinge. Mehr als die Hälfte sind Untersuchungsgefangene, der Rest verbüßt eine Haftstrafe von maximal sechs Monaten. Sport treiben können sie ein- bis zweimal in der Woche: Fußball, Basketball oder Handball auf dem Sporthof, Tischtennis oder Gymnastik im kleinen Sportraum. Künftig stehen dort auch Heimtrainer. Denn Klein hat der JVA zehn seiner Fahrräder geschenkt. (haw)