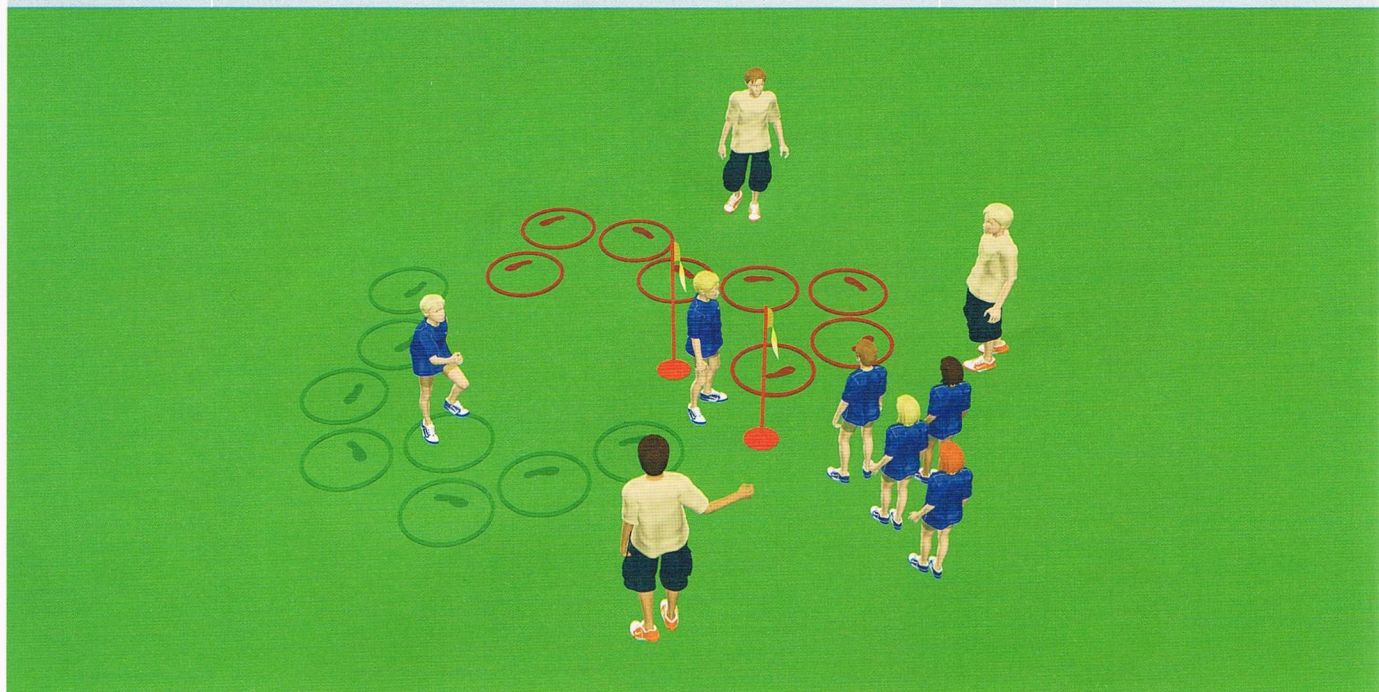


LAUFEN
SPRINGEN
WERFEN

VOM „WEIT-SPRINGEN“ ZUM WEITSPRUNG
VOM „HOCH-SPRINGEN“ ZUM HOCHSPRUNG
VOM „MEHRFACH-SPRINGEN“ ZUM DREISPRUNG
VOM „STAB-SPRINGEN“ ZUM STABHOCHSPRUNG

U8
U10
U12

STAFFEL-EINBEIN-
HÜPFEN



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

Mit 16 Fahrradreifen o. Ä. wird eine Strecke ausgelegt, die die Kinder auf einem Bein springend bewältigen sollen. Zwischen dem achten und neunten Reifen erfolgt ein Sprungbeinwechsel. Dabei müssen die Kinder immer wieder in die ausgelegten Reifen springen.

- Handicap-Regelung: Misslingt einmal ein korrektes „In-den-Reifen-Springen“, so geht das Kind zurück

zum vorherigen Reifen und kann von dort aus weitermachen.

- Der Wettbewerb wird in Staffelform mit sechs Kindern pro Staffel ausgetragen.
- Zuerst springen die sechs Kinder nacheinander mit dem linken, nach dem achten Reifen mit dem rechten Bein. Durch Abschlagen (Körperkontakt) wird das jeweils nächste Kind in den Parcours „geschickt“.
- Jedes Kind absolviert zwei Durchgänge. Sobald der letzte Springer den zweiten Durchgang bewältigt hat, wird die Zeit gestoppt.

- Jedes Team hat zwei Staffel-Versuche. Im zweiten Versuch kann die Staffel durch Austausch von Kindern verändert werden. So ist es möglich, dass jedes Kind an der Staffel teilnehmen kann.

WETTKAMPFHILFER (3/BAHN)

- 1 Helfer: Zeitnehmer
- 1 Helfer: Schriftführer
- 1 Helfer: Organisation der Reifenbahn

WERTUNG

- Welches Team springt am schnellsten? – Gewertet wird das bessere Ergebnis der beiden Durchgänge.
- Die Zeiten der Teams werden in eine Rangfolge gebracht.
- Das beste Team erhält einen Ranglistenpunkt, das zweite zwei usw.

MATERIAL/ANLAGE

- 16 Fahrradreifen (jeweils 8 Reifen in zwei unterschiedlichen Farben)
- Materialien zum Verknüpfen der Reifen untereinander (z. B. Kordel, Kabelbinder)
- 1 Stoppuhr