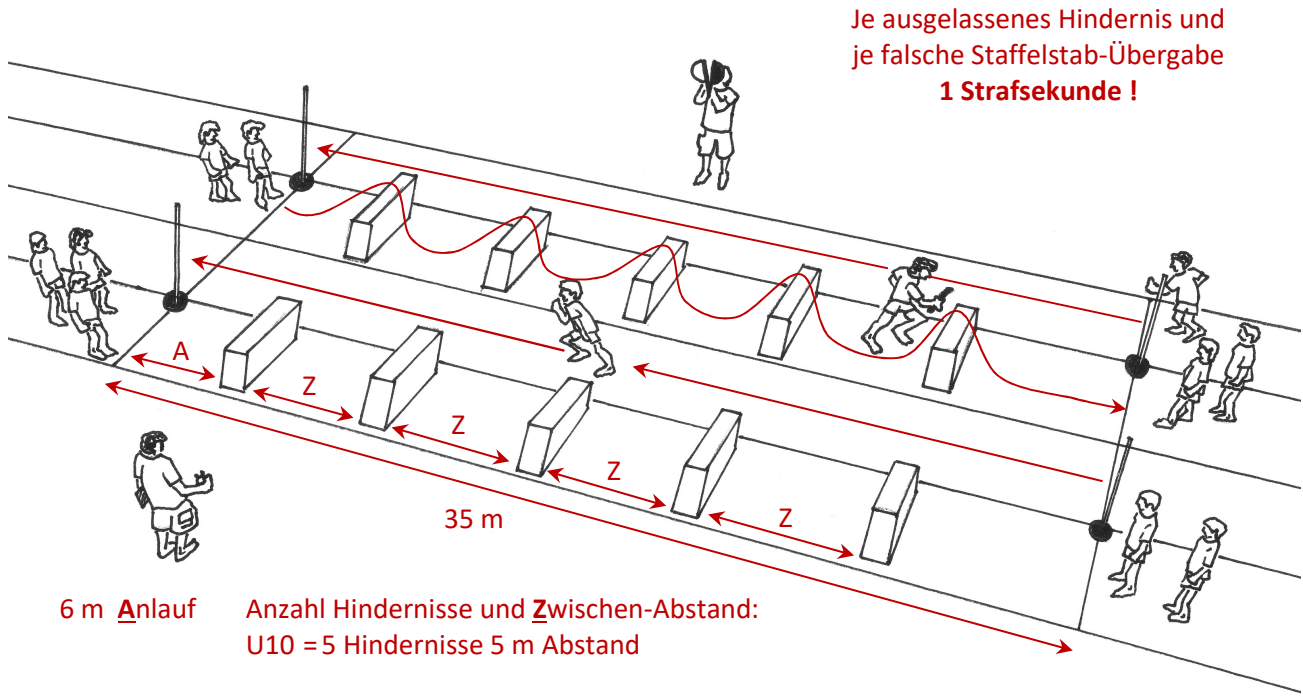


<p>LAUFEN</p> <p>SPRINGEN</p> <p>WERFEN</p>	<p>VOM „SCHNELL-LAUFEN“ ZUM SPRINT</p> <p>VOM „ÜBER-LAUFEN“ ZUM HÜRDENSPRINT</p> <p>VOM „STAFFEL-LAUFEN“ ZUR RUNDENSTAFFEL</p> <p>VOM „AUSDAUERND-LAUFEN“ ZUM DAUERLAUFEN</p>	<p>U10</p>	<p>6 x 35M HINDERNIS- PENDELSTAFFEL</p> <p>EVO-SCHULOLYMPIADE</p> <p>2017</p>
--	---	-------------------	--



KURZBESCHREIBUNG / ORGANISATION

- Welches Staffelteam läuft am schnellsten?
- Die Kinder einer Staffelmannschaft teilen sich hälftig (drei und drei) auf und stellen sich in Laufreihenfolge an der Startlinie bzw. gegenüber hinter dem Umlaufmal auf.
- Die Kinder sprinten in Staffelform (pro Team 6 Kinder) abwechselnd über eine **35m-Hindernis-Strecke** und einen **Flachsprint** über die entsprechende Distanz in entgegengesetzter Richtung.
- Jede Mannschaft benötigt zwei nebeneinander liegende Bahnen

- Auf der Strecke sind **5 Hindernisse** mit einer Höhe von **50 cm** (z. B. hoch / quer gestellte Bananenkartons) aufgestellt, die in einem festen **Abstand von 5 Metern (6 Meter Anlauf zum 1. Hindernis)** zueinander stehen.
- Nach dem **Startkommando** „Auf die Plätze! Fertig! Los!“ (Klatschen mit der Startklappe) müssen die Startläufer zuerst die Hindernisse schnellstmöglich überqueren und den Staffelstab (oder Ring) an den nächsten Läufer, der die Flachstrecke zurück sprintet, übergeben.
- Der nächste Läufer muss den **Staffelstab stets um die Malstange herum annehmen**.

- Jeder Läufer stellt sich nach erfolgter „Übergabe“ hinten an und wartet, bis er wieder an der Reihe ist.
- Die Staffel ist beendet, wenn der in Laufreihenfolge letzte Läufer jeweils einmal die Hindernis- wie auch die Flachsprint-Strecke absolviert hat.
- Die erzielte Zeit wird durch ein Zielgericht festgehalten und protokolliert.
- Jedes ausgelassene Hindernis wird mit einer Sekunde und falsches Annehmen des Staffelstabs mit zwei Sekunden bestraft, die zur erzielten Laufzeit dazu addiert werden.

WETTKAMPFHILFER (10 + 1) (für 3 Staffelteams / 6 Bahnen)

- 1 Helfer: Startkommando (1 Starter pro Anlage)
- 6 Helfer: Zeitnahme und Wechselkontrolle in der Wechselzone und im Zielgericht (2 Helfer pro Bahn)
- 1 Helfer: Einhalten der korrekten Reihenfolge (1 Helfer pro Team)
- 2 Helfer: Aufstellen der Hindernisse
- 1 Oberschiedsrichter: als Wettkampfaufsicht (1 lizenzierter Kampfrichter für alle Laufbahnen und das Zielgericht)

WERTUNG

- Welche Staffelmannschaft absolviert die 35m Hindernis-Strecke und den Flachsprint am schnellsten?
- Die Laufzeit und eventuelle **Strafsekunden** pro ausgelassenes Hindernis und falsch übergebene Staffelstäbe werden zur Gesamtlaufzeit aufaddiert.
- Alle Mannschaftsergebnisse werden miteinander verglichen und in eine entsprechende Rang-Reihenfolge gebracht.
- Das insgesamt schnellste Team gewinnt.

MATERIAL (3 TEAMS)

- 15 Bananenkisten für je 5 Hindernisse auf 3 Hindernis-Bahnen oder entsprechend viele Schaumstoffblöcke
- 6 Hindernisstangen (Umlaufmale) als Wechselzone und Zielmarkierung
- 3 Staffelstäbe (pro Team eines)
- 3 Stoppuhren (Zielgericht)
- 1 Startklappe (alternativ jedes beliebige, laute „Singhorn“)

