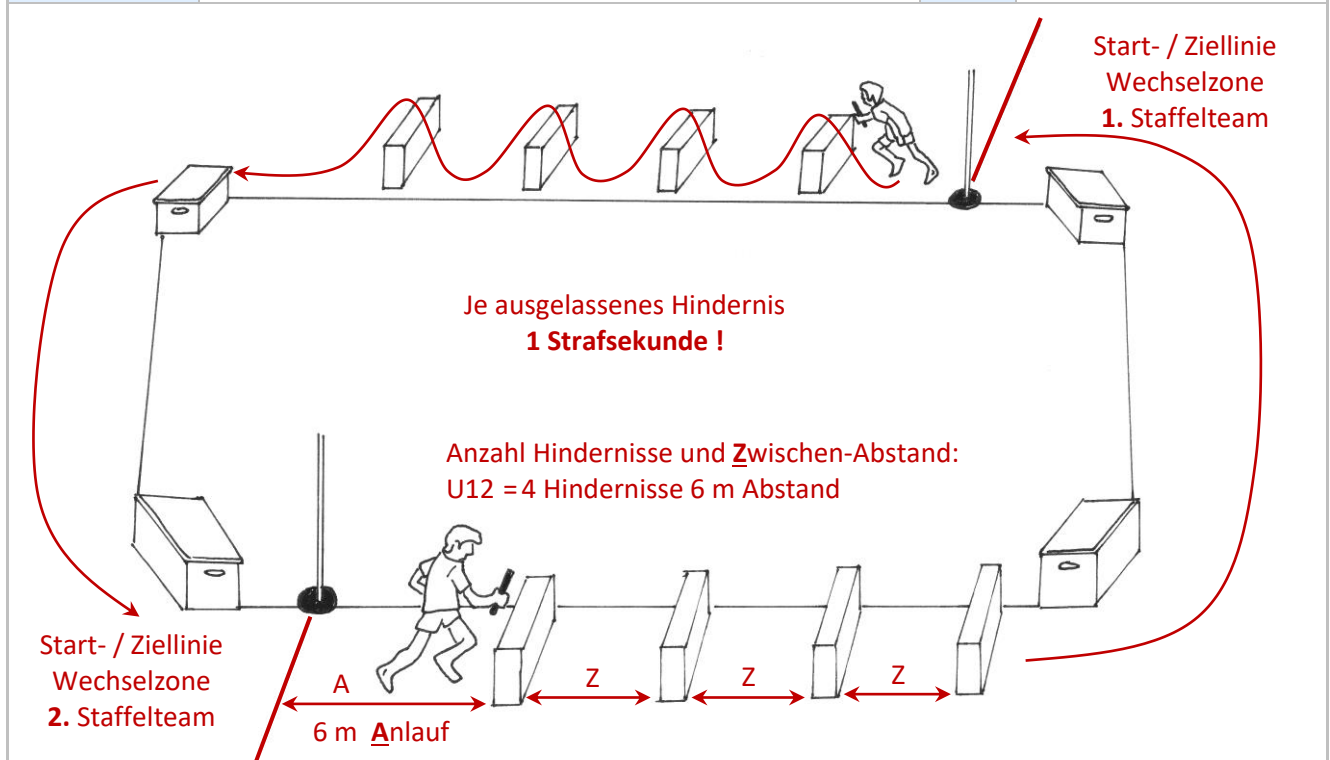


<b>LAUFEN</b> <b>SPRINGEN</b> <b>WERFEN</b>	<b>VOM „SCHNELL-LAUFEN“ ZUM SPRINT</b> <b>VOM „ÜBER-LAUFEN“ ZUM HÜRDENSPRINT</b> <b>VOM „STAFFEL-LAUFEN“ ZUR RUNDENSTAFFEL</b> <b>VOM „AUSDAUERND-LAUFEN“ ZUM DAUERLAUFEN</b>	<b>U12</b>	<b>6 x 1 RUNDE</b> <b>HINDERNISSTAFFEL</b> <b>EVO-SCHULOLYMPIADE</b> <b>2018</b>
---	--	------------	---



## KURZBESCHREIBUNG / ORGANISATION

- Welches Staffelteam läuft am schnellsten?
- Die Kinder einer Staffelmansschaft stellen sich in Laufreihenfolge an den **Startlinien** - jeweils **im gegenüberliegenden Eck des Rundkurses** - auf.
- Es laufen **zwei Teams gegeneinander**.
- Die Kinder sprinten in Staffelform (pro Team 6 Kinder) gegen den Uhrzeigersinn eine komplette Runde.
- Diese besteht aus jeweils zwei langen Geraden mit Hindernissen und zwei kurzen Geraden (Kopfende) ohne Hindernisse.

- Auf der langen Geraden (Hindernisstrecke) sind **4 Hindernisse** mit einer Höhe von **50 cm** (z. B. hoch / quer gestellte Bananenkartons) aufgestellt, die in einem festen **Abstand von 6 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 dann um die Eckbegrenzung (Kasten oder Hütchen) auf den Rundkurs gehen. Darauf folgen eine Flachsprintstrecke sowie eine weitere Hindernisstrecke und ein weiterer Flachsprint.

- In der Wechselzone übergibt der Läufer den Staffelstab (oder Ring) an den nächsten Läufer, der ebenfalls auf den Rundkurs geht.
- Jeder Läufer stellt sich nach erfolgter „Übergabe“ in den Innenraum und wartet bis der letzte Läufer seines Teams durchs Ziel gelaufen ist.
- Die Staffel ist beendet, wenn der in Laufreihenfolge letzte Läufer seine Runde absolviert hat.
- Die erzielte Zeit wird durch ein Zielgericht festgehalten und protokolliert.
- Jedes ausgelassene Hindernis wird mit einer Sekunde bestraft, die zur erzielten Laufzeit dazu addiert werden.

## WETTKAMPFHILFER (9 + 1) (für 2 Staffelteams / pro Rundkurs)

- 1 Helfer: Startkommando (1 Starter pro Anlage)
- 4 Helfer: Zeitnahme und Wechselkontrolle in der Wechselzone und im Zielgericht (2 Helfer pro Team)
- 2 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 Staffelmansschaft absolviert die Rundenstaffel mit zwei Hindernisstrecken und zwei Flachsprints am schnellsten?
- Die Laufzeit und eventuelle **Strafsekunden** pro ausgelassenes Hindernis werden zur Gesamtlaufzeit aufaddiert.
- Alle Mannschaftsergebnisse werden miteinander verglichen und in eine entsprechende Rang-Reihenfolge gebracht.
- Das insgesamt schnellste Team gewinnt.

## MATERIAL (2 TEAMS)

- 8 Bananenkisten für je 4 Hindernisse auf dem Rundkurs oder entsprechend viele Schaumstoffblöcke
- 4 kleine Kästen als Rundenmarkierung oder entsprechend viele Hütchen zur Vorgabe des Rundkurses
- 4 Hindernisstangen (Umlaufmale) als Wechselzonen- und Zielmarkierung
- 2 Staffelstäbe (pro Team eines)
- 2 Stoppuhren (Zielgericht)
- 1 Startklappe (alternativ jedes beliebige, laute „Singalhorn“)

