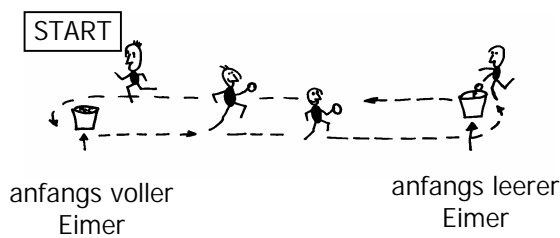


# FUN IN ATHLETICS Wettbewerbsbeschreibung:

## Bereich Lauf:

**Ball-Verlege-Staffel:** Alle Teilnehmer der Mannschaft starten gleichzeitig. Jeder versucht in seinem Tempo in der Zeit von 5 Minuten so viel Runden wie möglich zu laufen. Jedes mal, wenn die Läufer dabei am Start vorbei laufen, nehmen sie aus dem vollen Eimer einen Ball mit und legen diesen auf der anderen Seite in den leeren Eimer. Am Start nimmt bereits jeder Läufer einen Ball. Mannschaftsergebnis: Die Anzahl der „verlegten Bälle“ wird notiert.

**WICHTIG:** Die eimer müssen immer von rechts umlaufen werden!!

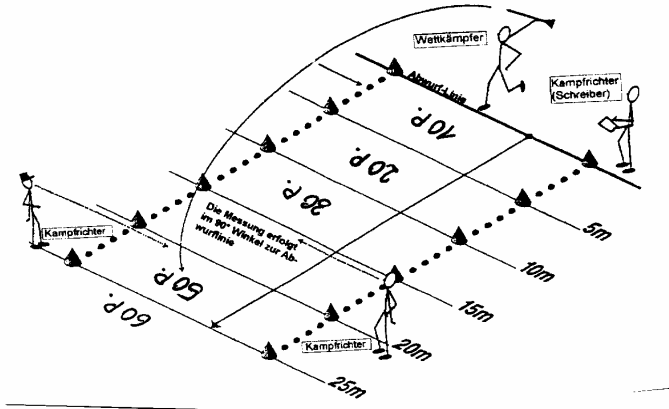


**Hindernissprint:** Läufer 1 startet mit Rolle auf der Matte und überläuft anschließend den Parcours, wendet am Schrägbrett, läuft direkt zurück zur anderen Wand, wendet nochmals und schlägt dann den nächsten Läufer seiner Mannschaft ab.... Der letzte Läufer läuft nach der zweiten Wende auf direktem Weg bis zur Ziellinie in der Mitte der Bahn. Die gestoppte Zeit ergibt das Mannschaftsergebnis

**Grand-Prix-Staffel:** Sie wird am Ende jeder Veranstaltung als Rundenstaffel durchgeführt. Der Start erfolgt wieder durch eine Rolle vorwärts. Jeder rennt eine Runde durch die mit verschiedenen Hindernissen gespickte Bahn (ca. 150m lang), schlägt den nächsten Läufer ab. Dieser beginnt wieder mit einer Rolle vorwärts und .... Die gestoppte Zeit ergibt das Mannschaftsergebnis

# Bereich Wurf:

**Stand-Speerwurf:** Mit einem ca. 70cm langen Plastikspeer (wird vom Veranstalter gestellt) versuchen die Athleten aus dem Stand möglichst weit zu werfen. 3 Versuche, der beste Versuch wird notiert. Für das Mannschaftsergebnis werden die erreichten Weiten der Teilnehmer addiert.

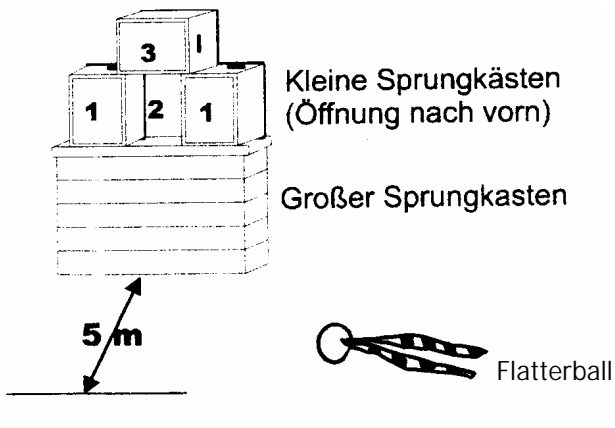


**Frontal-Stoß:** Stoß aus dem Stand oder Angehen oder Angleiten!!

3 Versuche, der beste Versuch wird notiert. Für das Mannschaftsergebnis werden die erreichten Weiten der Teilnehmer addiert.

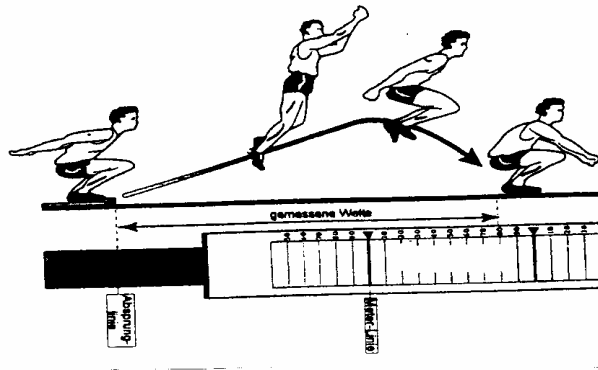


**Zielwurf:** Die Schüler versuchen mit Flatterbällen (= Tennisball mit Baustellenband) möglichst viele Punkte zu erwerben. Jeder Werfer hat 5 Würfe. Die erworbenen Punkte werden addiert. Für das Mannschaftsergebnis werden die erreichten Punkte der Teilnehmer addiert.

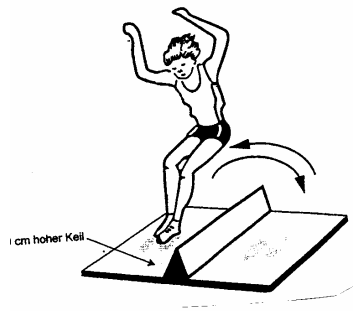


## Bereich Sprung:

Standweitsprung: 3 Versuche, der beste Versuch wird notiert. Für das Mannschaftsergebnis werden die erreichten Weiten der Teilnehmer addiert.



Speed-Bounce: Jeder Athlet springt dabei beidbeinig, 20 Sekunden lang, so schnell er kann über den 20cm hohen Keil. Gezählt wird die Anzahl der errichteten Sprünge. 1 Versuch. Für das Mannschaftsergebnis werden die erreichten Sprünge der Teilnehmer addiert.



Dreier-Hopp: Die Athleten versuchen 3 möglichst weite Sprünge hintereinander zu machen. Nach dem dritten Sprung dürfen sie auch beidbeinig landen. 3 Versuche, der beste Versuch wird notiert. Für das Mannschaftsergebnis werden die erreichten Weiten der Teilnehmer addiert.

Erlaubte Sprungfolgen: re-li-re/ li-re-li/ li-li-re/ re-re-li

