

Weisungen Fit + Fun

2010

Wertungstabellen: www.stv-fsg.ch



Herausgeber: Schweizerischer Turnverband
Bahnhofstrasse 38
5000 Aarau
062 837 82 00
www.stv-fsg.ch

Verfasser: Abteilung Breitensport/Ressort Turnen 35+

Ausgabe: 2010 – Ausgabe 2012

Copyright: Schweizerischer Turnverband

Nachdruck: Für STV-Vereine und -Mitglieder unter Quellenangabe gestattet.

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---------------------------------|----|
| Sinn und Zweck der Weisungen | 4 |
| Art des Wettkampfes | 4 |
| Teilnehmer | 4 |
| Ausrüstung | 4 |
| Spielfeld | 5 |
| Bewertung | 5 |
| Einspielen | 5 |
| Schiedsgericht / Schiedsrichter | 5 |
| Aufgabe 1a: Fuss-Ball-Korb | 6 |
| Aufgabe 1b: Intercross | 10 |
| Aufgabe 2a: Ball-Kreuz | 14 |
| Aufgabe 2b: Unihockey | 16 |
| Anleitung Unihockey-Tor | 19 |
| Aufgabe 3a: Moosgummiring | 20 |
| Aufgabe 3b: Tennis-Ball-Rugby | 24 |

1. Sinn und Zweck der Weisungen

Diese Bestimmungen bilden die Grundlage für die Durchführung des Fit+Fun als Angebot im Vereinswettbewerb des Schweizerischen Turnverbandes (STV).

Spezielle Regelauslegungen und Ausrüstungsbestimmungen können vom Ressort Turnen 35+ Anfang des Kalenderjahres erlassen werden. Diese werden auf der Homepage STV, Ressort Turnen 35+, publiziert.

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde die männliche Form gewählt.

2. Art des Wettkampfes

Der Fit+Fun besteht aus 3 Disziplinen à 2 Aufgaben und wird im Freien (Wiese, Rasen- und Hartplatz) geturnt. Ein Wettkampfteil besteht aus einer Disziplin à 2 Aufgaben. Diese müssen unmittelbar nacheinander absolviert werden.

3. Teilnehmer

3.1 Anzahl

Die Anzahl ist frei wählbar, jedoch müssen pro Disziplin mindestens 6 Turnende teilnehmen. (Resp. Gemäss den entsprechenden Wettkampfvorschriften.)

Disziplin 1 (FF1) Fuss-Ball-Korb / Intercross

Aufgabe 1a mit der grösstmöglichen Anzahl 4er Gruppen.

Aufgabe 1b mit der grösstmöglichen Anzahl 3er Gruppen.

Disziplin 2 (FF2) Ball-Kreuz / Unihockey

Aufgabe 2a mit der grösstmöglichen Anzahl 6er Gruppen.

Aufgabe 2b mit der grösstmöglichen Anzahl 2er Gruppen.

Disziplin 3 (FF3) Moosgummiring / Tennis-Ball-Rugby

Aufgabe 3a mit der grösstmöglichen Anzahl 6er Gruppen.

Aufgabe 3b mit der grösstmöglichen Anzahl 4er Gruppen.

Jeder Spieler muss pro Disziplin mindestens eine Aufgabe absolvieren.

3.2 Überzählige Spieler / Helfer

Überzählige Spieler kommen jeweils bei einzelnen Aufgaben nicht zum Einsatz. Nur bei Aufgabe 1b können maximal drei Helfer die Intercrossbälle aufheben und diese in den Ballbehälter legen, wobei das Feld nicht betreten werden darf. Als Helfer dürfen nur Spieler, die am Fit+Fun teilnehmen, eingesetzt werden. Sie werden mit Spielbändern gekennzeichnet.

3.3 Verletzte Spieler

Bei Wettkampfbeginn muss ein Verein oder eine Riege mit mindestens sechs einsatzfähigen Spielern antreten, dies auch, wenn ein Arztzeugnis vorgelegt wird. Verletzt sich ein Spieler während des Wettkampfes wird der Ablauf unterbrochen. Die Gruppe kann nochmals mit einem Ersatzspieler (Doppelstart erlaubt) starten und die Disziplin wird mit der gemeldeten Anzahl Spieler beendet. Der Doppelstartende kann für nachfolgende Disziplinen nur eingesetzt werden, wenn nicht mehr mindestens sechs einsatzfähige Spieler vorhanden sind.

4. Ausrüstung

Die Teilnehmenden tragen ein einheitliches Tenue.

Nockenschuhe sind erlaubt, jedoch keine Nagelschuhe oder Schuhe mit Schraubstollen.

Es dürfen keine Handschuhe getragen werden. Der Einsatz von Haftmitteln (z.B. Harz) ist verboten.

Die Aufgaben müssen mit dem vom Organisator zur Verfügung gestellten Material absolviert werden.

Das Material welches bei Alder & Eisenhut bezogen werden kann, wird im Beschrieb mit ae gekennzeichnet.

5. Spielfeld

5.1 Grösse / Markierung

Das Spielfeld misst bei der Aufgabe 1a 5 x 19m, bei 1b 4.5 x 17m, bei 2a 7 x 12m, bei 2b 3.4 x 13m, bei 3a 10 x 11.50m und bei 3b 6 x 14m.

Die Feldmarkierungen sind gemäss Zeichnung anzubringen.

5.2 Zeichnung

Die Zeichnungen dienen zusätzlich der näheren Erläuterung des Übungsablaufes. Dabei handelt es sich lediglich um mögliche Momentaufnahmen, nicht um statische Festlegungen von Spielpositionen. Diese sind dann verbindlich, wenn es der Übungsablauf fordert oder der Übungsbeschrieb speziell vorsieht.

5.3 Feldlinie

Die Feldlinie ist nur zu beachten, wenn diese gleichzeitig eine Zonenlinie ist.

5.4 Zonenlinie / Startlinie

Die Zonenlinie / Startlinie darf der Spieler nicht betreten oder übertreten, solange er Ballkontakt hat.

6. Bewertung

6.1 Noten

Pro Aufgabe gibt es keine Note unter 3.00 und über 10.00. Für die Berechnung der Note werden separate Wertungstabellen erstellt. Der Durchschnitt der beiden Noten pro Aufgabe gibt die Disziplinennote.

6.2 Punkte

Die mögliche Anzahl Punkte sind bei der jeweiligen Aufgabe angegeben.

6.3 Punkteabzug

Die Punkteabzüge sind bei den verschiedenen Aufgaben aufgelistet und werden vom zuständigen Schiri abgezogen. Fehler werden dem Spieler immer direkt mitgeteilt.

6.4 Ordnungsabzug

Verstösse gegen die Vorschrift „4“ Ausrüstung werden bei folgenden Fällen mit einem Ordnungsabzug von 0,5 Punkt bestraft:

- Tragen von unerlaubtem Schuhwerk
- Tragen von Handschuhen
- Verwendung von Haftmittel
- Tragen von nicht einheitlichem Tenue
- Nicht verwenden des Materials, welches vom Organisator zur Verfügung gestellt wird

7. Einspielen

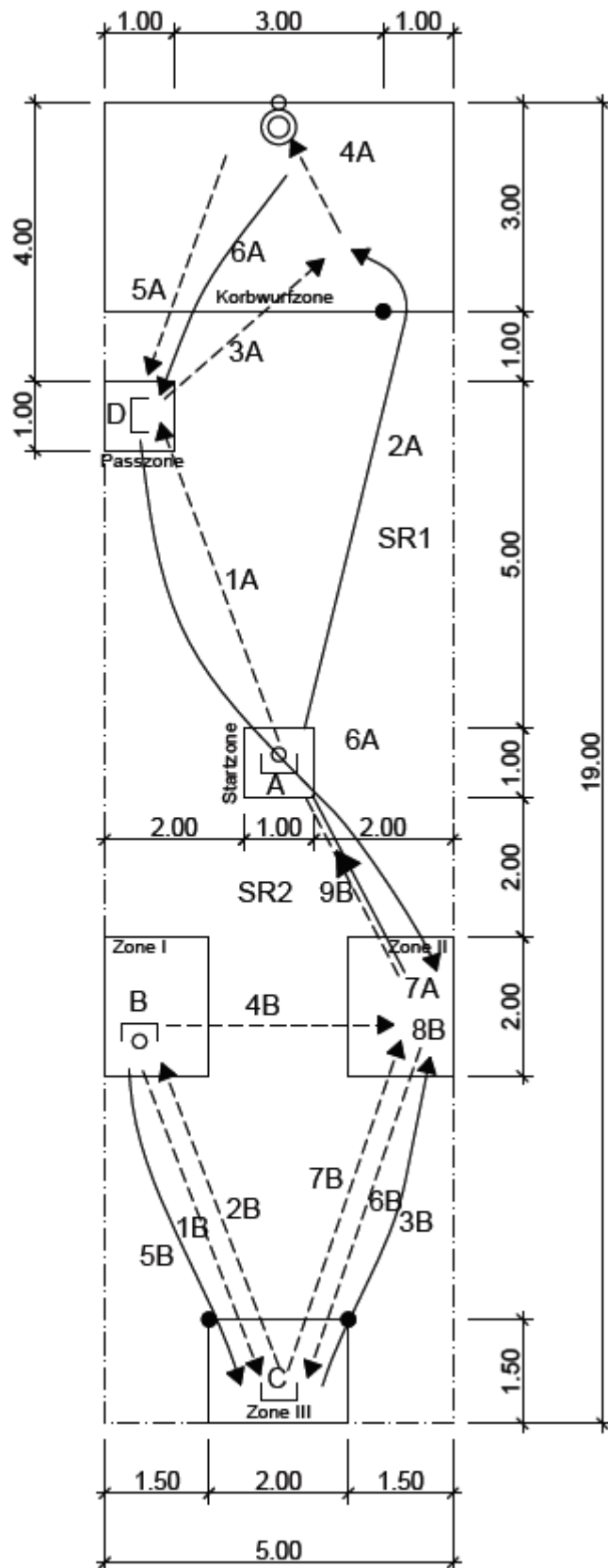
Das Einspielen auf der Wettkampfanlage ist untersagt.

8. Schiedsgericht / Schiedsrichter







Das Schiedsgericht besteht aus zwei Schiedsrichtern.

Die Verantwortlichkeiten der einzelnen Schiedsrichter sind bei den verschiedenen Aufgaben aufgeführt.

Disziplin 1 (FF1) / 1a Fuss-Ball-Korb



Legende:

-  Spieler
-  Spieler mit Ball
-  Laufweg
-  Ballweg
-  Zonenlinie
-  Spielfeldlinie
-  Malstab
-  Korbstander

Disziplin 1 (FF1)

Aufgabe 1a: Fuss-Ball-Korb

Allgemeine Angaben

| | |
|---------------|--|
| Ziel | Mit Händen und Füßen zuspieren |
| Zeit | 2 Minuten |
| Feldgrösse | 5 x 19m |
| Spieleranzahl | 4 Turnende |
| Material | 1 Basketball Gr. 7 ae, 1 Fussball Gr. 5 ae, 3 Malstäbe, 1 Korbeinrichtung, (Korbring 3m ab Boden; Korbpfosten darf Ring nicht überragen), 1 Timer, 2 Handzählapparate, 1 Pfeife, Markierungsmaterial |

Spielablauf A

- 1 = A steht in der Startzone und wirft den Basketball zu D
- 2 = A läuft um den Malstab in die Korbwurfzone
- 3 = D wirft den Ball zu A
- 4 = A wirft den Ball in den Korb. Ob erfolgreich oder nicht, fängt oder holt A den Ball
- 5 = A wirft den Ball zu D
- 6 = D läuft mit dem Ball in Zone II, A läuft in die Passzone
- 7 = D übergibt C den Basketball in Zone II (I) und nimmt den Fussball (Ballwechsel), D spielt nun Spielablauf B aus der Zone II

Spielablauf B

- 1 = B steht in der Zone I (II) und spielt den Fussball mit dem Fuss durch die 2 Malstäbe zu C in Zone III
- 2 = C spielt den Ball mit dem Fuss durch die 2 Malstäbe zu B in die Zone I (II)
- 3 = C läuft in Zone II (I)
- 4 = B spielt den Ball mit dem Fuss zu C in Zone II (I)
- 5 = B läuft in Zone III
- 6 = C spielt den Ball mit dem Fuss durch die 2 Malstäbe zu B in Zone III
- 7 = B spielt den Ball mit dem Fuss durch die 2 Malstäbe zu C in die Zone II (I)
- 8 = C übergibt D den Fussball in Zone II (I) und übernimmt den Basketball (Ballwechsel)
- 9 = C läuft mit dem Basketball in die Startzone, C spielt nun Spielablauf A

Spielablauf A und B starten gleichzeitig. Spielablauf B startet abwechselungsweise in der Zone I oder II, sprich die Ballübergabe findet auch abwechselungsweise in der Zone I oder II statt.

Wertung

- | | |
|---|---------|
| - jeder erfolgreiche Korbwurf | 1 Punkt |
| - jeder direkt gefangene Basketball nach Pass und nach erfolgreichem Korbwurf | 1 Punkt |
| - jeder Fussballpass | 1 Punkt |
| - die Ballübergaben in Zone I oder II | 1 Punkt |

Maximale Punktzahl Spielablauf A und Spielablauf B

11 Punkte

Hat der Ball beim Schlusspfeiff die Hand oder den Fuss bereits verlassen, zählt der folgende gefangene Ball, Pass oder Korbwurf.

Keinen Punkt gibt es:

- beim Fangball, wenn beim Werfen oder Fangen die Linien von Start-, Pass- oder Korbwurfzone betreten oder übertreten werden
- beim Korbwurf, wenn der Wurf nicht aus der Korbwurfzone erfolgt.
- beim Pass, wenn der Fussball in Zone III nicht zwischen den Malstäben durchgespielt wird
- beim Pass, wenn Spieler und Ball bei der Ab- oder Annahme die Linien der Zonen betreten oder übertreten
- beim Pass, wenn die Hand den Fussball berührt
- bei der Ballübergabe, wenn Spieler und Bälle die Linien der Zonen betreten oder übertreten

Abzüge

Werden bei den nachfolgenden Punkten direkt abgezogen.

Einen Punkt Abzug gibt es:

- beim Nicht-/Falschumlaufen des Malstabes
- beim Berühren eines Malstabes (inkl. Kleidung)
- bei fehlerhaftem Übungsablauf

Schiedsgericht

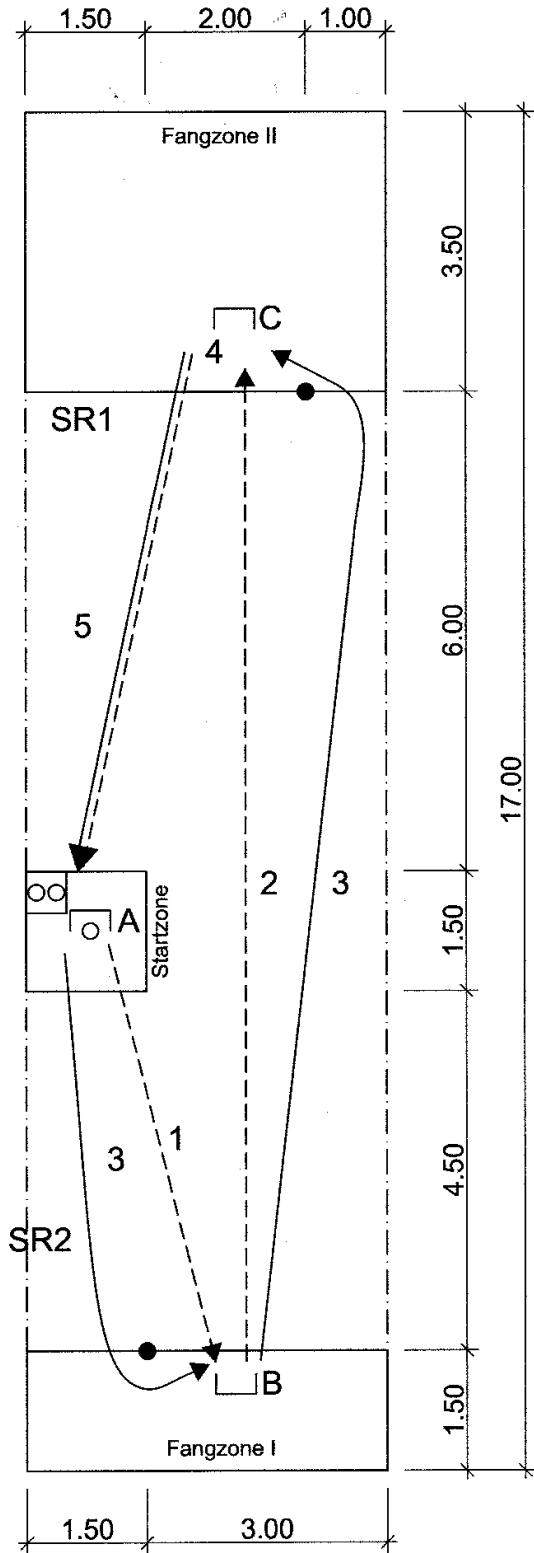
- | | |
|------------------------|--|
| Schiedsrichter 1 (SR1) | <ul style="list-style-type: none">- ist verantwortlich für den organisatorischen Ablauf inklusive Resultatmeldung- Zeitnahme, An- und Abpfiff des Wettkampfes- addiert mit dem Handzählapparat die Fangbälle plus die Korbwürfe- kontrolliert die Start-, Pass- und Korbwurfzone und den Übungsablauf |
| Schiedsrichter 2 (SR2) | <ul style="list-style-type: none">- addiert mit dem Handzählapparat die Pässe und Übergaben in der Zone I, II und III- kontrolliert die Zonen I, II und III und den Übungsablauf- teilt sein Resultat dem SR1 mit |

Bemerkungen









Es besteht die Möglichkeit bei der Aufgabe 1a den Korbballständer durch eine Basketballanlage zu ersetzen. Die Körbe zählen aber auch dann nur, wenn sie direkt und ohne Brettkontakt durch den Reif fallen.

Notizen:

Disziplin 1 (FF1) / 1b Intercross



Legende:

-  Spieler
-  Spieler mit Ball
-  Laufweg
-  Ballweg
-  Zonenlinie
-  Spielfeldlinie
-  Malstab
-  Ballbehälter mit 2 Bällen am Boden

10/10

Disziplin 1 (FF1)

Aufgabe 1b: Intercross

Allgemeine Angaben

| | |
|---------------|---|
| Ziel | Schulung beider Hände |
| Zeit | 2 Minuten |
| Feldgrösse | 4.5 x 17m |
| Spieleranzahl | 3 Turnende + 3 Helfer |
| Material | 3 Intercrossbälle ae, 3 Intercrossschläger ohne Stab ae, 1 Ballbehälter (Eimer Ø ca. 30cm), 2 Malstäbe, 3 Spielbänder, 1 Timer, 2 Handzählapparate, 1 Pfeife, Markierungsmaterial |

Spielablauf

- 1 = A wirft den Intercrossball von Hand aus der Startzone zu B in die Fangzone I
- 2 = B fängt den Intercrossball mit dem Schläger in der Fangzone I und spielt ihn mit dem Schläger zu C in die Fangzone II (nimmt den Ball nicht in die Hand)
- 3 = A läuft nach dem Wurf um den Malstab in Fangzone I, B läuft nach dem Zuspiel um den Malstab in Fangzone II
- 4 = C fängt den Intercrossball mit dem Schläger in der Fangzone II
- 5 = Nach dem Verlassen der Fangzone II nimmt C den Ball in die Hand
- 6 = C läuft mit dem Ball in der Hand in die Startzone. Der Spielablauf beginnt von vorne.

Wertung

- jeder Fangball mit dem Schläger in den Fangzonen I und II 1 Punkt
- jeder Laufpunkt beim Betreten der Startzone 1 Punkt

Hat der Ball beim Schlusspfeiff den Schläger oder die Hand bereits verlassen, zählt der folgende gefangene Ball.

Maximale Punktzahl pro Spielablauf

3 Punkte

Keinen Punkt gibt es:

- beim Fangball, wenn die Hand oder der Körper den Ball berührt
- beim Fangball, wenn der Ball vor dem Fangen den Boden berührt
- beim Fangball, wenn beim Werfen oder Fangen die Linien der Start- oder Fangzonen betreten oder übertreten wird
- Fangball und Laufpunkt, wenn sich mehr als ein Intercrossball im Spielfeld (Ausnahme die im Ballbehälter befindet (z.Bsp. einer am Boden und einer im Spiel)

Abzüge

Werden bei den nachfolgenden Punkten direkt abgezogen.

Einen Punkt Abzug gibt es:

- beim Nicht-/Falschumlaufen des Malstabes
- beim Berühren eines Malstabes (inkl. Kleidung)
- bei fehlerhaftem Übungsablauf
- wenn Helfer den Ball berühren, bevor dieser mit seinem ganzen Umfang das Spielfeld verlassen hat.
- wenn Helfer das Spielfeld betreten
- bei jedem Handwechsel

Helfer

Standort der Helfer (max. 3) ausserhalb des Feldes. Betreten des Spielfeldes ist nicht erlaubt. Bälle welche das Spielfeld verlassen haben, können vom Spieler direkt ins Spiel zurück gebracht werden oder von den Helfern in den Ballbehälter gelegt werden. Als Helfer dürfen nur gemeldete Spieler des Fit+Fun der jeweiligen Riege zum Einsatz kommen. Die Helfer werden mit Spielbändern gekennzeichnet.

Reserveball

Ein Reserveball darf erst zum Einsatz kommen, wenn der Spielball das Spielfeld verlassen hat. Ein am Boden liegender Ball kann aufgenommen, oder aus dem Spielfeld befördert werden. Der Reserveball wird vom Spieler selber aus dem Ballbehälter genommen.

Besonderes

Der Schläger bleibt immer in der gleichen Hand.

Schiedsgericht

Schiedsrichter 1 (SR1)

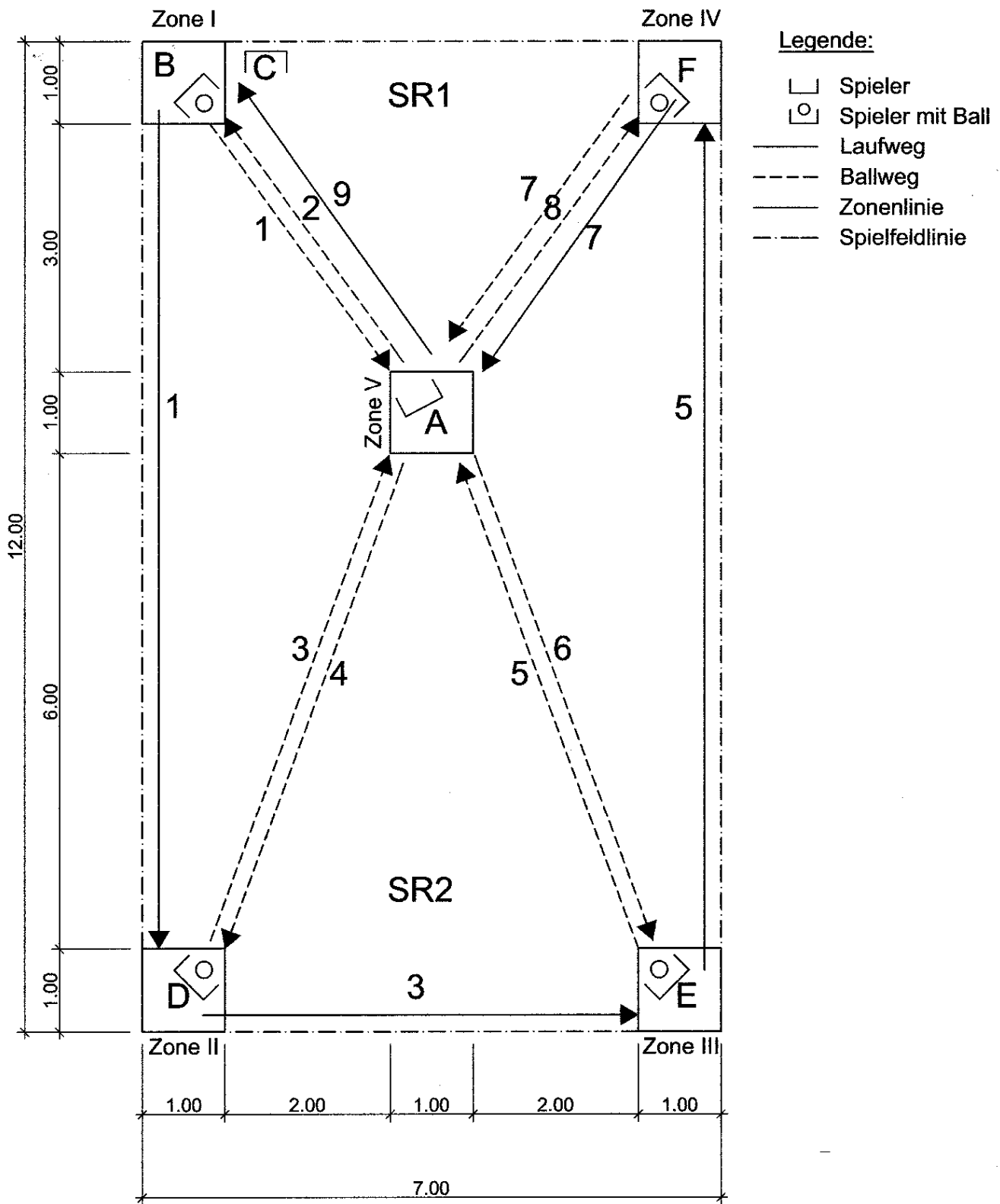
- ist verantwortlich für den organisatorischen Ablauf inklusive Resultatmeldung
- Zeitnahme, An- und Abpfiff des Wettkampfes
- addiert mit dem Handzählapparat die Fangpunkte in der Fangzone II
- überwacht die Helfer-Fehler

Schiedsrichter 2 (SR2)

- addiert mit dem Handzählapparat die Fangpunkte in der Fangzone I und die Laufpunkte in der Startzone
- kontrolliert den Übungsablauf
- teilt sein Resultat dem SR1 mit

Notizen:

Disziplin 2 (FF2) / 2a Ball-Kreuz



Disziplin 2 (FF2)

Aufgabe 2a: Ball-Kreuz

Allgemeine Angaben

| | |
|---------------|---|
| Ziel | Differenzieren und Koordinieren |
| Zeit | 2 Minuten |
| Feldgrösse | 7 x 12m |
| Spieleranzahl | 6 Turnende |
| Material | 1 STV-Rugbyball ae 1 Volleyball Gr. 5 ae, 1 Tennisball ae, 1 Basketball Gr. 7 ae, 1 Timer, 2 Handzählapparate, 1 Pfeife, Markierungsmaterial |

Spielablauf

A steht in Zone V, B steht mit dem Rugbyball in Zone I, C steht ohne Ball neben Zone I, D steht mit dem Volleyball in Zone II, E steht mit dem Tennisball in Zone III, F steht mit dem Basketball in Zone IV

- 1 = B wirft den Rugbyball aus Zone I zu A, B läuft in Zone II
- 2 = A fängt den Rugbyball von B in der Zone V, wirft ihn zu C in Zone I
- 3 = D wirft den Volleyball aus Zone II zu A, D läuft in Zone III
- 4 = A fängt den Volleyball von D in Zone V, wirft ihn zu B in Zone II
- 5 = E wirft den Tennisball aus Zone III zu A, E läuft in Zone IV
- 6 = A fängt den Tennisball von E in Zone V, wirft ihn zu D in Zone III
- 7 = F wirft den Basketball aus Zone IV zu A, F läuft in Zone V
- 8 = A fängt den Basketball von F in der Zone V, wirft ihn zu E in Zone IV
- 9 = A läuft in Zone I, dann beginnt der Spielablauf wieder von vorne, mit C in Zone I

Wertung

Jeder direkt gefangene Ball 1 Punkt

Hat der Ball beim Schlusspfiff die Hand bereits verlassen, zählt der folgende gefangene Ball.

Maximale Punktzahl pro Spielablauf

8 Punkte

Keinen Punkt gibt es:

Beim Fangball, wenn beim Werfen oder Fangen die Linien der Zonen betreten oder übertreten werden.

Abzüge

Werden bei den nachfolgenden Punkten direkt abgezogen.

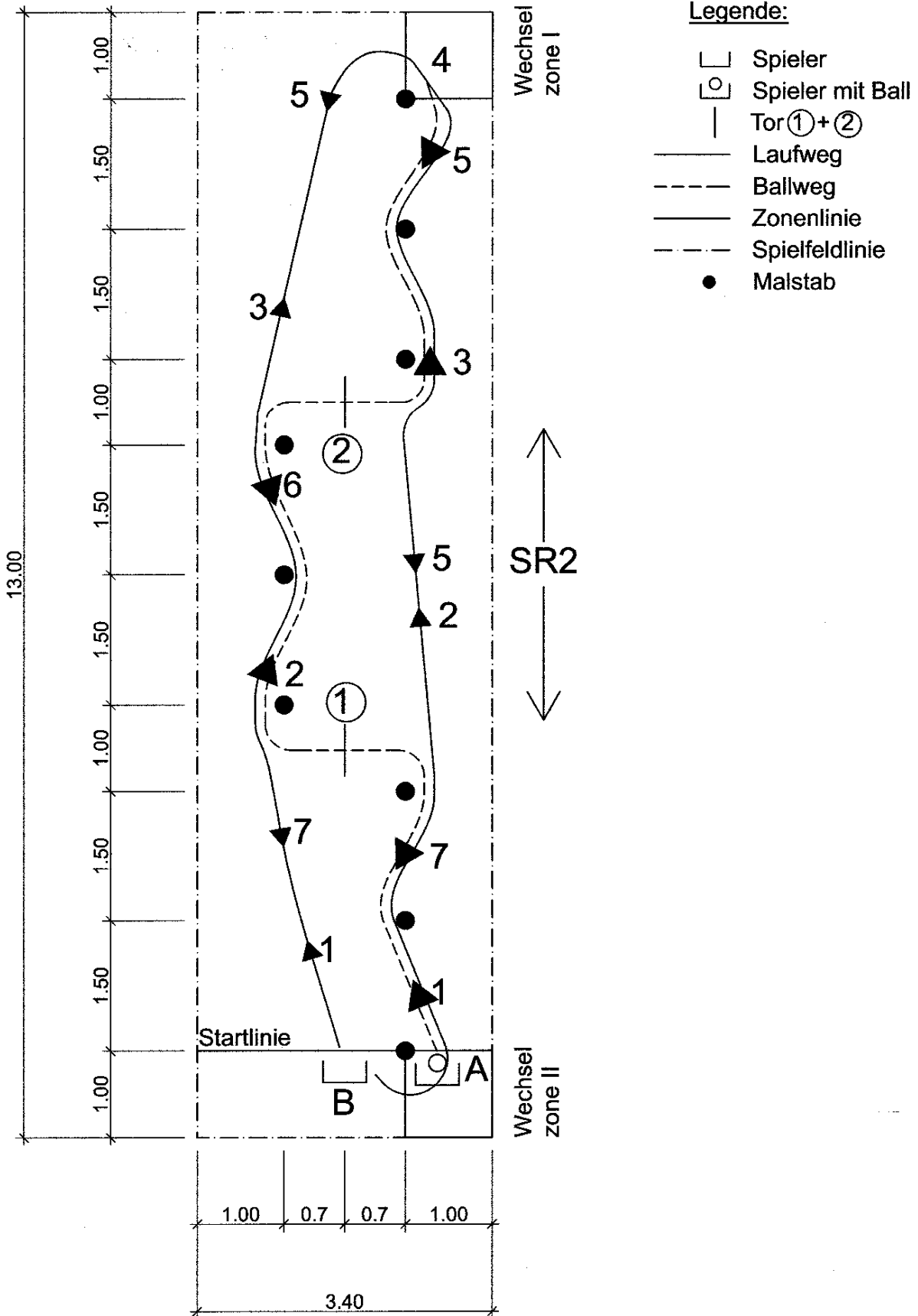
Einen Punkt Abzug gibt es:

Bei fehlerhaftem Übungsablauf

Schiedsgericht

- | | |
|------------------------|--|
| Schiedsrichter 1 (SR1) | <ul style="list-style-type: none">- ist verantwortlich für den organisatorischen Ablauf inklusive Resultatmeldung- Zeitnahme, An- und Abpfiff des Wettkampfes- addiert mit dem Handzählapparat die Fangbälle zwischen den Zonen I + V und Zonen IV + V- kontrolliert den Übungsablauf in seinem Bereich |
| Schiedsrichter 2 (SR2) | <ul style="list-style-type: none">- addiert mit dem Handzählapparat die Fangbälle zwischen den Zonen II + V und Zonen III + V- kontrolliert den Übungsablauf in seinem Bereich- teilt sein Resultat dem SR1 mit |

Disziplin 2 (FF2) / 2b Unihockey



Disziplin 2 (FF2)

Aufgabe 2b: Unihockey

Allgemeine Angaben

| | |
|---------------|--|
| Ziel | Unihockey Technik erlernen |
| Zeit | 2 Minuten |
| Feldgrösse | 3.4 x 13m |
| Spieleranzahl | 2 Turnende |
| Material | 2 „Tore“ (gemäss Anleitung Seite 21), 1 Unihockeyball ae, 1 Reserven Unihockeyball, 2 Unihockeyschläger ae, 9 Malstäbe, 1 Timer, 1 Handzählapparate, 1 Pfeife, Markierungsmaterial |

Spielablauf

A steht in der Wechselzone II, B steht hinter der Startlinie.

- 1 = A läuft mit Ball um die 3 Malstäbe und spielt B den Ball durch das „Tor 1“ zu. B läuft zu Tor 1
- 2 = B übernimmt den Ball, läuft mit dem Ball um die nächsten 3 Malstäbe und spielt A den Ball durch das „Tor 2“ zu. A läuft zu Tor 2.
- 3 = A übernimmt den Ball und läuft mit dem Ball um die nächsten 3 Malstäbe. B läuft in die Wechselzone I.
- 4 = A spielt den Ball in die Wechselzone I und B übernimmt ihn dort. A+B umlaufen den Malstab.
- 5 = B läuft mit dem Ball um die 3 Malstäbe, und spielt A den Ball durch das Tor 2 zu. A läuft zu Tor 2.
- 6 = A übernimmt den Ball läuft mit dem Ball um die nächsten 3 Malstäbe und spielt B den Ball durch das „Tor 1“ zu. B läuft zu Tor 1
- 7 = B übernimmt den Ball und läuft mit dem Ball um die nächsten 3 Malstäbe. A läuft in die Wechselzone II
- 8 = B spielt den Ball in die Wechselzone II A übernimmt ihn dort. A+B umlaufen den Malstab.
Der Spielablauf beginnt von vorne.

Wertung

- jede Ballübergabe in den Wechselzonen I und II 1 Punkt
- jeder Pass durch Tor 1 Punkt

Hat der Ball beim Schlusspfiff den Schläger des Ballübernehmers berührt, zählt die Ballübergabe.

Maximale Punktzahl pro Spielablauf

6 Punkte

Keinen Punkt gibt es:

- bei der Ballübergabe, wenn zwischen Tor und Wechselzone der Ball Körperkontakt hatte.
- beim Pass, wenn zwischen Wechselzone und Tor oder zwischen den Toren der Ball Körperkontakt hatte.

Abzüge

Werden bei den nachfolgenden Punkten direkt abgezogen.

Einen Punkt Abzug gibt es:

- beim Nicht-/Falschumlaufen des Malstabes
- bei fehlerhaftem Übungsablauf

Besonderes

Die Spieler A+B müssen bei der Ballübergabe in den Wechselzonen I und II nicht in der Wechselzone stehen.
Umgestossene Malstäbe müssen die Spieler selber wieder aufstellen.
Verschobene Tore müssen die Spieler selber wieder hinstellen.

Schiedsgericht

Schiedsrichter 1 (SR1)

- ist verantwortlich für den organisatorischen Ablauf inklusive Resultatmeldung
- Zeitnahme, An- und Abpfiff des Wettkampfes

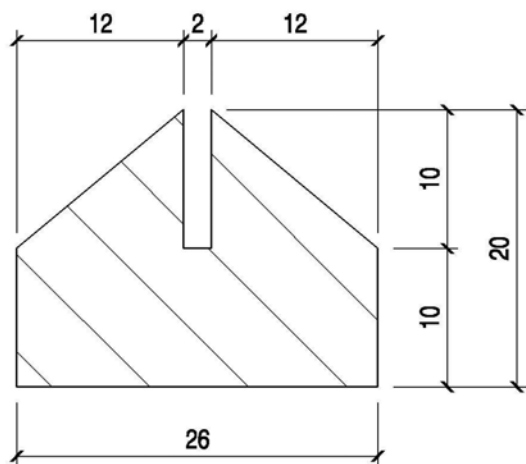
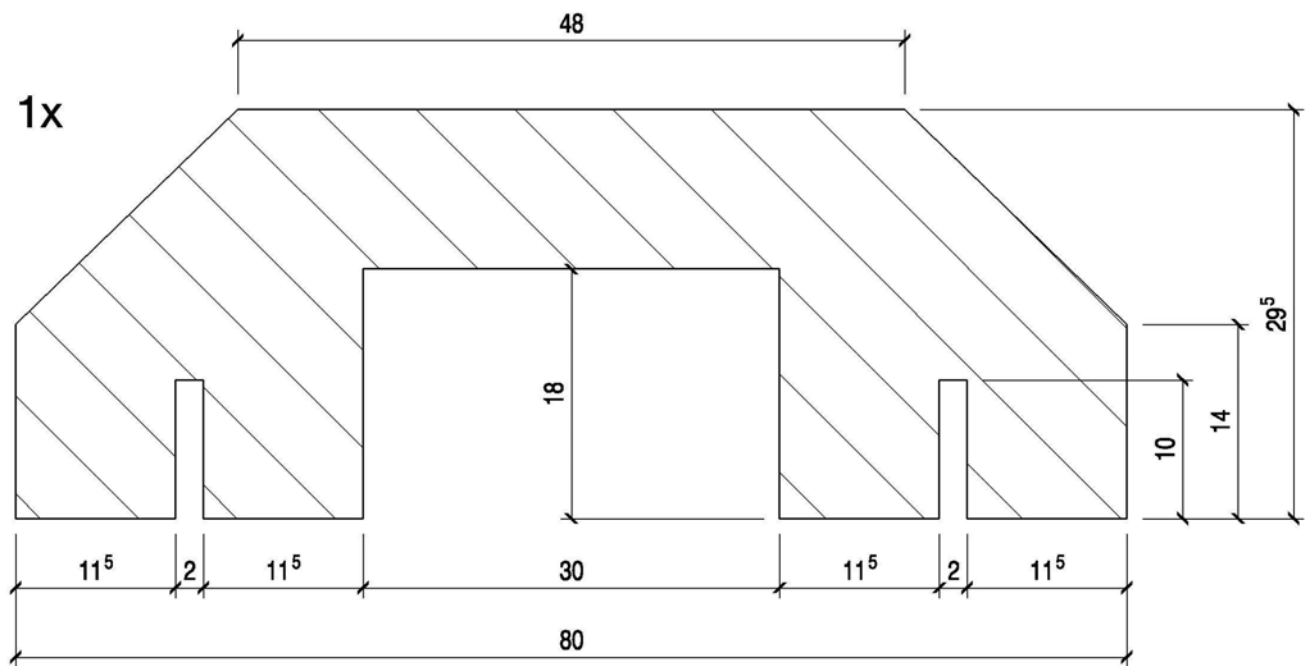
Schiedsrichter 2 (SR2)

- addiert mit dem Handzählapparat die Ballübergabe in Wechselzone I und II
- addiert mit dem Handzählapparat die Pässe durch die Tore
- kontrolliert den Übungsablauf
- teilt sein Resultat dem SR1 mit
- bringt wenn nötig sofort den Reservenball in's Spiel (z.B. Spieler steht auf Ball)

Anleitung: Unihockey-Tor

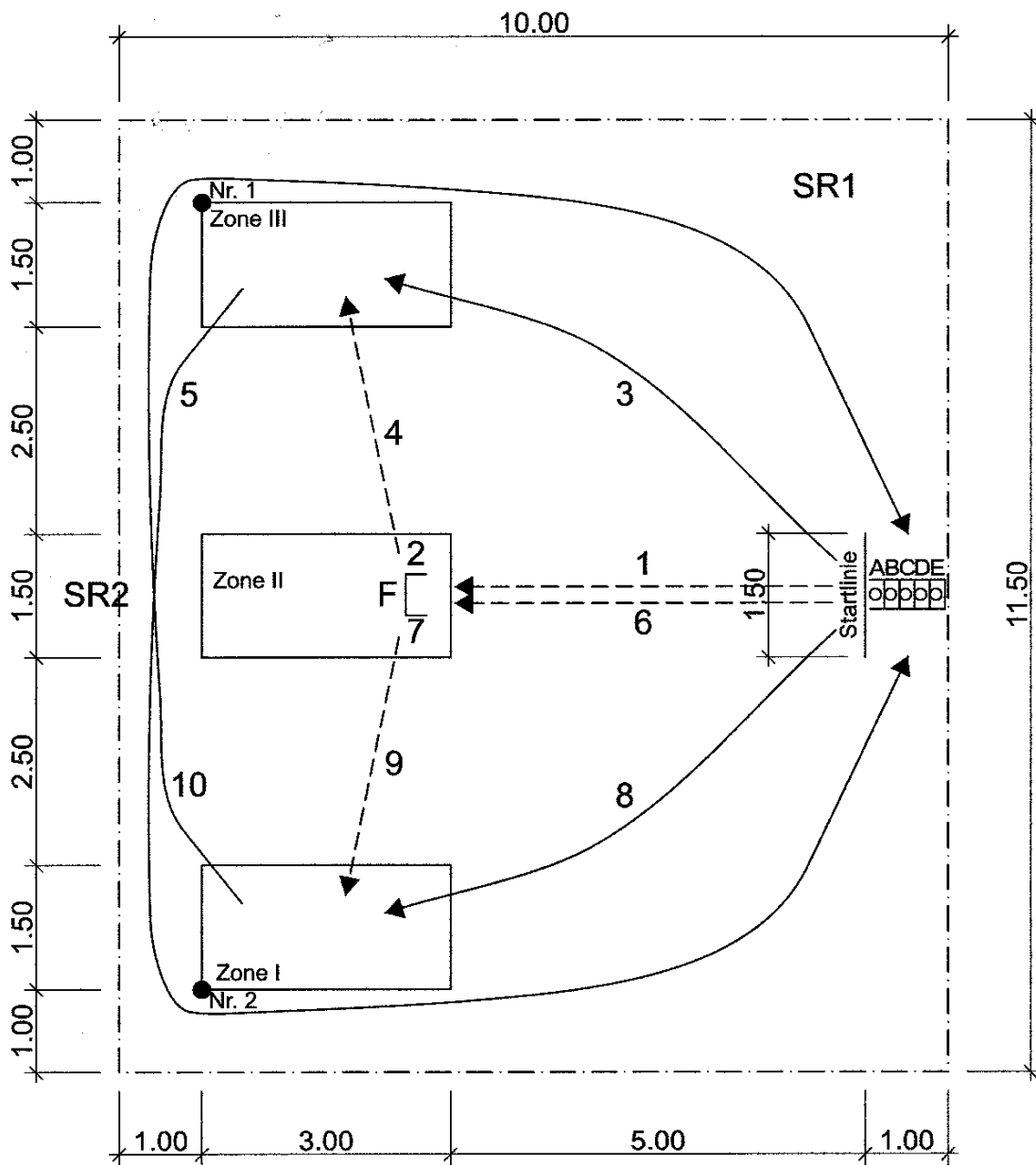
Materialdicke: 20mm
FICHTEN-DREI-SCHICHT-PLATTE

alle Masse in cm



2x Fusstück

Disziplin 3 (FF3) / 3a Moosgummiring



Legende:

- Spieler
- Spieler mit Moosgummiring
- Laufweg
- - - - - Wurfweg
- Zonenlinie
- - - - - Spielfeldlinie
- Malstab

Disziplin 3 (FF3)

Aufgabe 3a: Moosgummiring

Allgemeine Angaben

| | |
|---------------|---|
| Ziel | Ausdauer und Geschicklichkeit |
| Zeit | 2 Minuten |
| Feldgrösse | 10 x 11.50m |
| Spieleranzahl | 6 Turnende |
| Material | 5 Moosgummiringe \odot 17cm ae, 1 Gymnastik-Stab aus Hartholz \odot 30mm, Länge 80cm mit Markierung bei 30cm, die vordersten 10 cm weiss eingefärbt, 2 Malstäbe, 1 Timer, 2 Handzählapparate, 1 Pfeife, Markierungsmaterial |

Spielablauf

- 1 = A steht hinter der Startlinie und wirft den Ring zu F in Zone II
- 2 = F fängt den Ring mit dem Stab
- 3 = A läuft in Zone III
- 4 = F wirft den Ring von Hand zu A in Zone III
- 5 = A fängt den Ring von Hand und läuft um den Malstab Nr. 2 hinter die Startlinie
- 6 = B steht hinter der Startlinie und wirft den Ring zu F in Zone II
- 7 = F fängt den Ring mit dem Stab
- 8 = B läuft in Zone I
- 9 = F wirft den Ring von Hand zu B in Zone I
- 10 = B fängt den Ring von Hand und läuft um den Malstab Nr. 1 hinter die Startlinie, C spielt wie A, D spielt wie B, E spielt wie A

Wertung

- jeder gefangene Ring mit dem Stab in Zone II 1 Punkt
- jeder gefangene Ring von Hand in Zone I und III 1 Punkt
- jeder Start beim Überqueren der Startlinie 1 Punkt

Hat der Ring beim Schlusspfeiff die Hand bereits verlassen, zählt der folgende gefangene Ring.

Maximale Punktzahl pro Spielablauf

6 Punkte

Keinen Punkt gibt es:

- beim Fang, wenn der Stab vor der Markierung gehalten wird
- beim Fang, wenn beim Fangen mit dem Stab die zweite Hand den Ring berührt
- beim Fang, wenn beim Werfen oder Fangen die Linie der Zonen oder die Startlinie betreten oder übertreten wird
- beim Fang, wenn der Ring in der weissen Markierung mit der zweiten Hand berührt wird.

Abzüge

Werden bei den nachfolgenden Punkten direkt abgezogen.

Einen Punkt Abzug gibt es:

- beim Nicht-/Falschumlaufen des Malstabes
- beim Berühren eines Malstabes (inkl. Kleidung)
- bei fehlerhaftem Übungsablauf (z.B. nicht abwechslungsweise in Zone I und III gelaufen wird)

Besonderes

- Der Gymnastik-Stab muss von F unterhalb der Markierung (30cm) gehalten werden.
- Die Reihenfolge der Spieler muss nicht zwingend eingehalten werden, jedoch die Zonen I + III müssen von F abwechslungsweise angespielt werden.

Schiedsgericht

Schiedsrichter 1 (SR1)

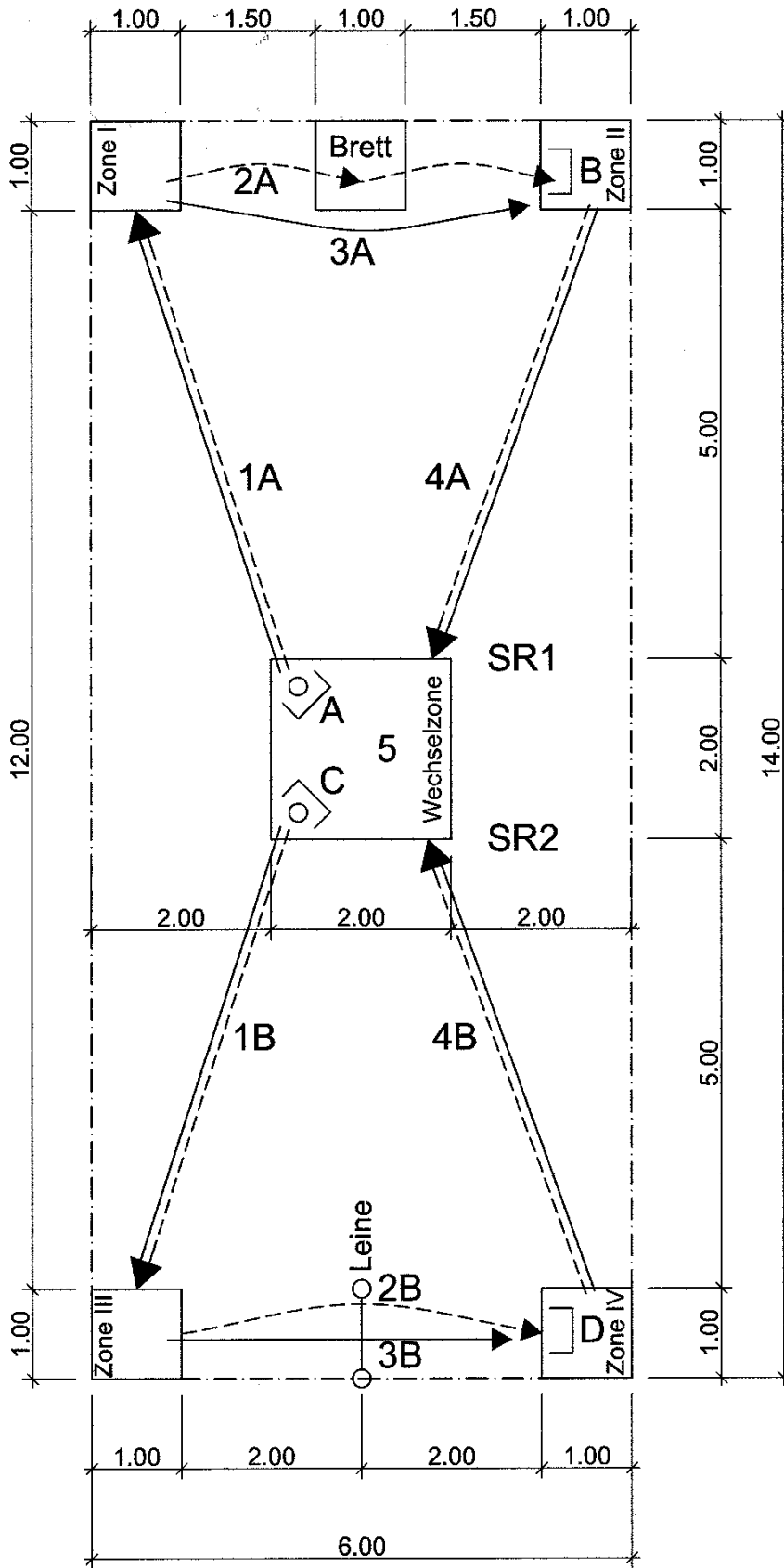
- ist verantwortlich für den organisatorischen Ablauf inklusive Resultatmeldung
- Zeitnahme, An- und Abpfiff des Wettkampfes
- addiert mit dem Handzählapparat die Startpunkte
- addiert mit dem Handzählapparat die Fangpunkte in Zone II

Schiedsrichter 2 (SR2)

- addiert mit dem Handzählapparat die Fangpunkte in den Zonen I und III
- kontrolliert den Übungsablauf (Zonenwechsel)
- teilt sein Resultat dem SR1 mit

Notizen:

Disziplin 3 (FF3) / 3b Tennis-Ball-Rugby



Legende:

- Spieler
- Spieler mit Ball
- Laufweg
- Ballweg
- Zonenlinie
- Spielfeldlinie

Disziplin 3 (FF3)

Aufgabe 3b: Tennis-Ball-Rugby

Allgemeine Angaben

| | |
|---------------|--|
| Ziel | Differenziert prellen - werfen |
| Zeit | 2 Minuten |
| Feldgrösse | 6 x 14 m |
| Spieleranzahl | 4 Turnende |
| Material | 1 Tennisball ae 1 Rugby-Ball STV Grösse 4 ae, 2cm Brett 100x100cm am Boden fixiert, 1 Timer, 2 Pfosten (Höhe 2.50m) mit Leine, Leinehöhe 2m, 2 Handzählapparate, 1 Pfeife, Markierungsmaterial |

Spielablauf A

- 1 = A steht in der Wechselzone und läuft mit dem Tennisball in Zone I
- 2 = A wirft den Tennisball via Holzbrett zu B in Zone II
- 3 = A läuft in Zone II
- 4 = B fängt den Tennisball von A in Zone II und läuft mit diesem in die Wechselzone
- 5 = In der Wechselzone tauschen B + D die Bälle und B spielt nun Spielablauf B

Spielablauf B

- 1 = C steht in der Wechselzone und läuft mit dem Rugbyball in Zone III
- 2 = C wirft den Rugbyball über die Leine zu D in Zone IV
- 3 = C läuft in Zone IV
- 4 = D fängt den Rugbyball von C in der Zone IV und läuft mit diesem in die Wechselzone
- 5 = In der Wechselzone tauschen D + B die Bälle und D spielt nun Spielablauf A

Spielablauf A und B starten gleichzeitig.

Wertung

- jeder direkt gefangene Ball in Zone II+IV (oder Pass via Brett) 1 Punkt
- jeder Lauf beim Betreten der Wechselzone 1 Punkt

Hat der Ball beim Schlusspfeiff die Hand bereits verlassen, zählt der folgende gefangene Ball.

Maximale Punktzahl Spielablauf A und Spielablauf B

4 Punkte

Keinen Punkt gibt es:

- beim Fangball, wenn der Tennisball nicht via Brett geworfen wird
- wenn das Brett betreten wird
- beim Fangball, wenn der Rugbyball die Leine berührt oder nicht zwischen den Pfosten durchfliegt.
- beim Fangball, wenn beim Werfen oder Fangen die Linien von den Zonen betreten oder übertreten werden
- beim Lauf, wenn die Ballübergabe nicht in der Wechselzone stattfindet

Abzüge

Werden bei den nachfolgenden Punkten direkt abgezogen.

Einen Punkt Abzug gibt es:

Bei fehlerhaftem Übungsablauf.

Schiedsgericht

Schiedsrichter 1 (SR1)

- ist verantwortlich für den organisatorischen Ablauf inklusive Resultatmeldung
- Zeitnahme, An- und Abpfiff des Wettkampfes
- addiert mit dem Handzählapparat die Fangbälle plus die Laufpunkte des Spielablaufes A
- kontrolliert die Wechselzone plus Zone I und II und den Übungsablauf im Spielablauf A

Schiedsrichter 2 (SR2)

- addiert mit dem Handzählapparat die Fangbälle plus die Laufpunkte des Spielablaufes B
- kontrolliert die Wechselzone plus Zone III und IV
- und den Übungsablauf im Spielablauf B
- teilt sein Resultat dem SR1 mit