



# Informationen zum USC Hallenschulsportfest 2020

Der Wettkampf wird als Mannschaftswettbewerb durchgeführt, wobei die Wertung nach Mädchen und Jungen getrennt erfolgt. Dabei absolviert jeder Teilnehmer einen Dreikampf und sammelt möglichst viele Punkte für seine Mannschaft.

In jeder Mannschaft starten bei den Mädchen und Jungen jeweils **vier Kinder** der startberechtigten Jahrgänge (Jg. 2009 - 2012).

Eine Mannschaft besteht somit aus **vier Schüler/-innen x vier Jahrgänge** - also **16 Kindern**.

## Disziplinen

- **30 m Sprint**

Die Zeiten eines Läufers werden ermittelt und in eine Rangfolge gebracht. Es gibt Punkte für die **acht** schnellsten Teilnehmer. Die Rangpunkte eines jeden Teilnehmers einer Mannschaft werden addiert. Daraus ergibt sich die Punktzahl der Mannschaft. Die schnellsten sechs Teilnehmer/-innen eines jeden Jahrgangs erhalten Urkunden.

- **Zonenweitsprung**

Die Mannschaft versucht innerhalb von **vier Minuten** möglichst viele Punkte zu erzielen. Dabei ist die Weitsprungmatte in 1m - Zonen unterteilt, für die bis zu vier Punkte je nach Weite erreicht werden können. Die Anlaufänge beträgt 12 m. Der Ablauf erfolgt sobald der vorherige Springer die Matte verlassen hat. Die Reihenfolge der Springer ist einzuhalten. Die Punktzahl der Mannschaft ergibt sich aus der Summe der Punkte aller Springer.

- **Flutterball-Zielwurf**

Die Mannschaft versucht innerhalb von **vier Minuten** möglichst viele Punkte zu erzielen. Mit einem Flutterball (Tennisball mit Absperbandstreifen) muss von einer Abwurfline in ca. 5 - 8 m Entfernung einer von drei Reifen getroffen werden. Diese Reifen hängen in unterschiedlicher Höhe an der Wand. Die Reihenfolge der Werfer ist einzuhalten. Die Gesamtpunktzahl ergibt sich aus der Summe der Punkte aller Werfer.

- **Pendelstaffel**

Dabei werden die Jungen einer Schule an der Startlinie des 30 m Sprints und die Mädchen an der Ziellinie aufgestellt. Der Staffelstab in Form eines Moosgummi-Rings muss mit ausgestrecktem Arm hinter einem feststehenden Pylon übergeben werden. Am Ende dieser Staffel haben Jungen und Mädchen die Plätze getauscht. Der Gewinner dieser Staffel wird in mehreren Läufen der Schulen untereinander ermittelt.

## Wertung

Die Rangfolge der Mannschaften wird nach der Länderkampfwertung ermittelt. Dabei werden in den einzelnen Disziplinen, ausgenommen der Pendelstaffel, Punkte für die erzielten Platzierungen vergeben. Sieger ist die Mannschaft, die in den drei Disziplinen die meisten Punkte erreicht hat. Bei Punktegleichstand gewinnt die Mannschaft mit den besseren Platzierungen über alle drei Disziplinen.