

# Staffelwettkampf der 1. und 2. Klassen - Übungsinhalte der Umkehrstaffeln

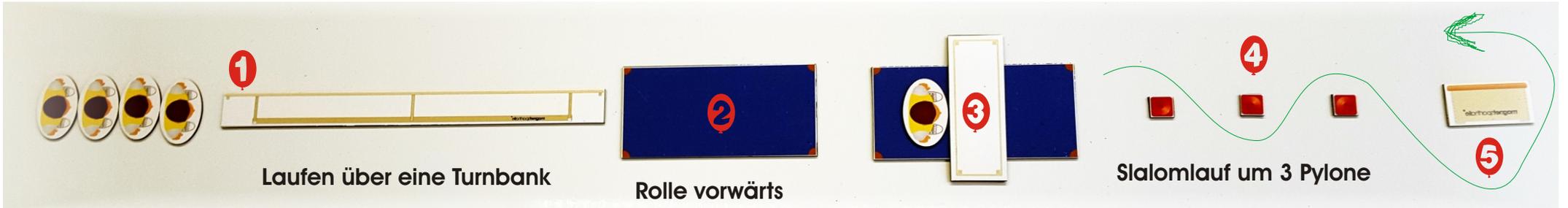
## *Aufsichtsbereich Saalfeld*



Streckenlänge ca. 40m (Hin- und Rückstrecke)  
Mannschaftsstärke: 6 Jungen (3 Ju. Kl. 1 und 3 Ju. Kl.2)  
 - 6 Mädchen (3 Mä. Kl. 1 und 3 Mä. Kl.2)



### 1. Hindernislauf:



*ABKLATSCHEN mit dem Nachfolger - gilt als Start für diesen*

*Nach jedem Durchgang erfolgt eine Zeitwertung!*

### 2. Umkehrstaffeln:

*je 2 Durchgänge  
um einen Hocker*



1. Übergabe eines **Staffelstabes** von vorn →
2. **Keulenlauf** - Lauf mit **2 Keulen** - auf dem Hinweg sind die Keulen an den Markierungen abzustellen, auf dem Rückweg wieder mitzunehmen und dem nächsten Läufer zu übergeben (fällt eine Keule um, muss diese vor dem Weiterlaufen erst aufgestellt werden) →
3. **Ringhockeystaffel** (Staubsauger) →
4. **Reifenstaffel** paarweise (der Reifen liegt vor den Läufern auf dem Boden, die Kinder springen in den Reifen und laufen los - der Reifen wird nach dem Lauf wieder **abgelegt!**) →
5. **Balltragestaffel** (die Kinder tragen 2 Basketbälle) →

*Nach jedem Durchgang erfolgt eine Zeitwertung!*

***VIEL SPASS BEI DER VORBEREITUNG!***