

# 35. Stadtmeisterschaft der Düsseldorfer Grundschulen im Eislaufen


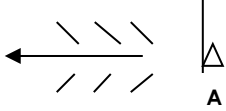
## Mittwoch, 8. März 2017



### Vorbemerkungen

1. Jeder Teilnehmer/ jede Teilnehmerin darf nur in einer Übung und der Staffel starten.
2. Jede Mannschaft stellt für jeden Einzelwettbewerb zwei Teilnehmer (1 Junge und 1 Mädchen) ab.
3. Zu jeder Übung sind Bewegungskriterien angegeben. Die Nichtbeachtung schon eines Merkmals führt zu Punktabzug. (je ein Punkt pro Kriterium)
4. Beim Sturz in der Übungszone wird dem Schüler/ der Schülerin die Hälfte der Punktzahl abgezogen.
5. An den Banden sind zur Orientierung für Kinder und Kampfrichter 5m-Markierungen angebracht.
6. Das oberste Entscheidungsgremium stellt das Wettkampfgericht dar. Eventuelle Reklamationen müssen während des Wettkampfes vorgebracht werden.

Übung	Übungsbeschreibung	Bewegungskriterien	Darstellung
1. Ausdauerlauf (1 Mädchen + 1 Junge)	Es sind 8 Stadionrunden ohne Zeitmessung zu laufen.	Während der gesamten Laufzeit: a) Körperhaltung (natürliche, leichte Beugung d. Oberkörpers) b) Armhaltung, natürlichen Armschwung aufnehmen c) Möglichst gleichbleibende Geschwindigkeit d) In Kurven übersetzen	
2. Slalomlauf (1 Mädchen + 1 Junge)	Nach Anlauf ab der Startlinie sind 8 Hütchen im Slalom (Abstand der Hütchen 130 cm) zu umfahren. Die Laufrichtung ist beliebig. (erst links oder erst rechts am ersten Hütchen vorbei)	a) schulterbreite Fußhaltung b) aus den Knien Schwung holen – kein Abstoßen c) kein Anstoßen der Hütchen d) kein Auslassen der Hütchen	
3. Hocke (1 Mädchen + 1 Junge)	Nach Anlauf ab der Startlinie ist in die Hocke zu gehen, pro 5 m wird ein Punkt vergeben.	a) tiefe Hocke (maximal 90°), kein Fersen b) schulterbreite Fußstellung c) gerade Lauflinie d) Arme in deutlicher Vorhalte	

<p>4. Storchengang (1 Mädchen + 1 Junge)</p>	<p>Nach Anlauf ab der Startlinie ist in die Einbeinstellung zu gehen, an der Markierung (Hälfte/20m) wird der Standbeinwechsel vorgenommen; pro 5 m wird ein Punkt vergeben.</p>	<p>a) „Spielfuß“ an der Knieinnenseite des Standbeins b) gerade Lauflinie c) aufrechte Körperhaltung d) Arme in deutlicher Seithaltung</p>	
<p>5. Rückwärtslauf (1 Mädchen + 1 Junge)</p>	<p>Ab der Startlinie ist rückwärts zu laufen; pro 5m wird ein Punkt vergeben.</p>	<p>a) abwechselnd, deutlich sichtbarer Kantenabstoß (Fußspitze n. innen, kein Ballonlaufen!) b) seitliche Armhaltung c) leicht gebeugte Kniehaltung d) aufrechte Körperhaltung</p>	
<p>6. Wendestaffel (5 Mädchen + 5 Jungen)</p>	<p>Nach dem Start von der Startlinie (Hütchen A) läuft der erste Schüler von links Hütchen B an, holt den Tennisring, läuft um links um Hütchen C, fährt in Hockstellung durch ein Tor (1m hoch), legt den Tennisring wieder auf Hütchen B und läuft zu Hütchen A zurück. Bei Abwurf der Torstange bzw. unkorrektem Auflegen des Tennisrings muss der Läufer/ die Läuferin zurück, um die Stange bzw. den Ring aufzulegen. Umgeworfene Hütchen werden vom Kampfrichter/ der Kampfrichterin zurückgelegt. Für jede Staffel wird die Zeit gemessen. Bei Punktgleichheit von Mannschaften entscheidet die bessere Zeit über die Platzierung in der Gesamtwertung.</p>	<p>a) immer links am Hütchen vorbei b) Das nächste Mannschaftsmitglied darf dann starten, wenn der/ die vorhergehende LäuferIn den Ring auf das Hütchen B zurückgelegt hat.</p>	