

Beispielablaufplan für 12 Mannschaften

Mit dieser Seite kommen Sie durch den gesamten Wettkampf !

Der Wettkampf beginnt mit der Sprintstaffel für alle Schulen. Je 2 Mannschaften starten in einem Lauf. Gemessen wird die Zeit, die eine Mannschaft braucht, wenn jeder Teilnehmer einmal hin und später wieder zurückgelaufen, also wieder an seinem Ausgangspunkt angekommen ist. Das ist der Fall, wenn der letzte Teilnehmer auf der Startseite wieder im Ziel ist.

1.Lauf	2. Lauf	3.Lauf	4. Lauf	5. Lauf	6. Lauf
Schule 1	Schule 3	Schule 5	Schule 7	Schule 9	Schule 11
Schule 2	Schule 4	Schule 6	Schule 8	Schule 10	Schule 12

Danach geht es zu den technischen Disziplinen

Station	Hochsprung	Pause 1	Stoß	Weitsprung	Pause 2	Wurf	Station
A	Schule 1	Schule 3	Schule 5	Schule 7	Schule 9	Schule 11	A
B	Schule 2	Schule 4	Schule 6	Schule 8	Schule 10	Schule 12	B

Hinweis/Lesebeispiel

Die aufgeführten Mannschaften sind den Stationen mit einem Buchstaben zugeordnet. Diesen Buchstaben behalten die Mannschaften bei allen Disziplinen. Die Reihenfolge ergibt sich indem die Mannschaften immer zur rechts aufgeführten Disziplin wechseln. Wenn der Wurf absolviert ist, so kommt eine Pause, danach ist die nächste Disziplin Weitsprung.

-Lesebeispiel

Die Schule 1 beginnt mit dem Wurf an Station A, hat dann Pause, fährt danach fort mit dem Weitsprung an Station A und wechselt dann zum Stoß A usw.

Sollten mehr als 2 parallele Anlagen zur Verfügung stehen, entfallen die Pausenstationen.

Der Staffellauf kann auch in den Kreislauf der technischen Disziplinen integriert werden, er muss nicht zwingend zu Beginn durchgeführt werden.

Den Abschluss bildet der Ausdauerlauf mit 4 oder 6 Mannschaften, abhängig von der Anzahl der Helfer