

Hindernislauf (HL)

Allgemeine Angaben

Anlage	Die Anlage wird gemäss beiliegender Skizze "Hindernislauf" erstellt. Sie hat eine Abmessung von 25 m x 6 m. Die Länge des Parcours beträgt ca. 50 m.
Versuche	Es gibt nur einen Versuch. Probedurchgänge sind nicht erlaubt.
Start	Ohne Startpflocke, Partnerhilfe ist nicht erlaubt.
Startkommando	"Auf die Plätze" Der Turnende stellt sich hinter der Startlinie auf. "Los" oder zuklappen des Startholzes.
Fehlstart	Startet ein Turnender zu früh (Abheben eines Fusses vom Boden vor dem Startkommando)
Disqualifikation	Verursacht derselbe Turnende 2 Fehlstarts, so wird er im Hindernislauf disqualifiziert.
Zieldurchlauf	Als Zieldurchlauf gilt das Erreichen der senkrechten Ebene über der Ziellinie mit einem Teil des Rumpfes.
Messung	Auf 1/10 Sekunden genau. Laufzeit = Startkommando bis Zieldurchlauf.
Wiederholungen	Wird ein Hindernis nicht korrekt passiert, muss der Turnende vor diesem Hindernis nochmals beginnen.
Wertung	Als Wertung gilt die Wertungstabelle Vereinswettbewerb Jugend vom Aargauer Turnverband.

Ablauf

Start	Start hinter der Linie
Hindernis 1	Slalom
Hindernis 2	Unter Strohballen durchkriechen
Hindernis 3	Überlaufen eines Bretts auf Autopneus
Hindernis 4	Transportieren eines Gummireifens von einer zur anderen Seite
Hindernis 5	Von unten in den Lastwagenpneu einsteigen, durchschlüpfen und oben wieder aussteigen
Hindernis 6	3 mal nacheinander einen Tennisball aus Behälter durchs Rohr hinunterrollen lassen und wieder in den Behälter zurücklegen

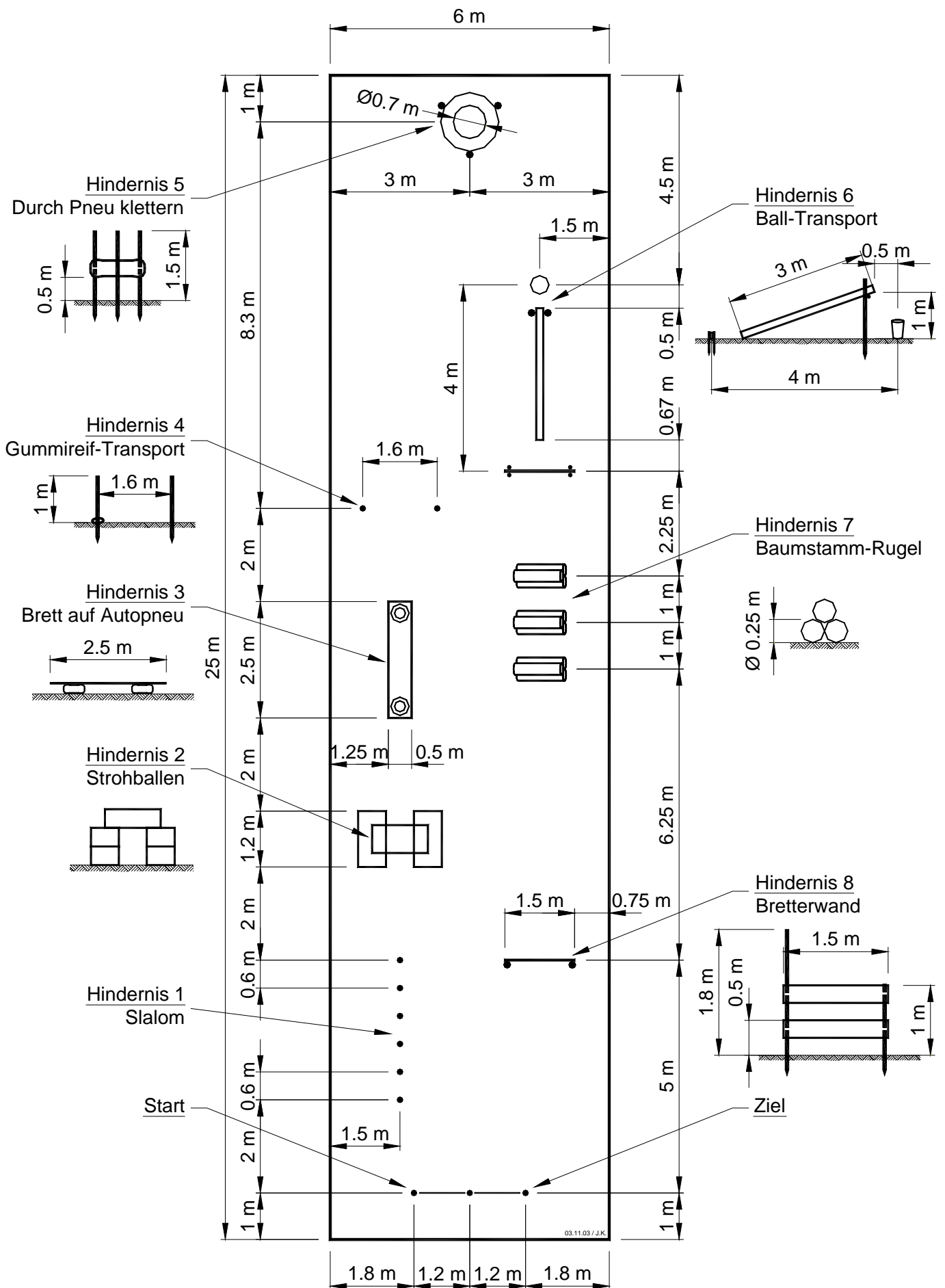
Hindernis 7	Überspringen der Baumstamm-Rugel
Hindernis 8	Überklettern der Bretterwand
Ziel	Einlauf zwischen den Pfosten

siehe auch Skizze Übungsablauf

Dieses Reglement ersetzt die Ausgabe vom 06. Mai 2001

30. Oktober 2003

Skizze Hindernislauf



Situation 1:100 und Details der Hindernisse

Material

Start	2 Pfosten oder Malstäbe 1 Linie
Hindernis 1	6 Pfosten oder Malstäbe
Hindernis 2	5 Strohballen (1.2 m x 0.5 m x 0.6 m)
Hindernis 3	1 Schalttafel (2.5 m x 0.5 m) 2 Autopneu (195 x 15 Zoll)
Hindernis 4	2 Pfosten oder Malstäbe (1 m über Boden) 1 Gummireif (Ø = min. 25 cm)
Hindernis 5	3 Pfosten (1.5 m über Boden) 1 Lastwagenpneu div. Befestigungsmaterial
Hindernis 6	1 Eimer 1 Tennisball (+ Reserveball) 1 PVC-Rohr, Ø = 20 cm, 3 m lang 2 Befestigungspfosten (1 m über Boden) 1 Balken oder Bretter, 12 cm hoch, 1.5 m lang 4 Befestigungspfosten klein
Hindernis 7	9 Holzrugel, Ø = min. 25 cm, 1 m lang
Hindernis 8	1 Pfosten (1.8 m über Boden) 1 Pfosten (1.0 m über Boden) 2 Bretter, 12 cm breit, 1.5 m lang, 30 mm dick
Ziel	1 Pfosten oder Malstäbe 1 Linie
Markierung	Sägemehl oder Markierungsfarbe um den Ablauf zu Kennzeichnen

Skizze Übungsablauf

