

# Jugendsportfest

## DOK 13.1

Ausgabe Februar / 2024

### 1. Allgemeines

Die Sport Union Schweiz organisiert alle zwei Jahre ein Jugendsportfest für Kinder und Jugendliche im Alter von 7 – 16 Jahren. Das Jugendsportfest ist polysportiv ausgerichtet und umfasst nur Gruppenwettkämpfe.

### 2. Allgemeine Bestimmungen

#### 2.1. Teilnahmeberechtigung

Am Jugendsportfest dürfen alle Kinder und Jugendlichen in Alter von 7 – 16 Jahren teilnehmen, welche einem Verein der Sport Union Schweiz angehören. Eine Teilnahme für Vereine anderer Sportverbände ist nicht möglich. Einzige Ausnahme bilden Vereine, welche dem Trägerverein des Organizers angehören. Eine sportliche Qualifikation ist nicht notwendig.

Der Veranstalter kann eine maximale Teilnehmeranzahl festlegen, es müssen aber mindestens 1'500 Personen teilnehmen können. Die freien Plätze werden nach Eingang der Anmeldungen berücksichtigt.

#### 2.2. Zuständigkeiten für Organisator

Die Sport Union Schweiz betreut das Jugendsportfest und ist der Hauptansprechpartner für den Organisator. Die detaillierten Zuständigkeiten sind im DOK 12.1 (Punkt 5.2) zu finden.

#### 2.3. Finanzen / Startgeld

Das Startgeld kann vom Veranstalter festgelegt werden und beträgt maximal CHF 23.- pro Kind. In diesem Startgeld sind auch die Preise für alle Teilnehmenden sowie die Verbandsabgaben inklusive. Der Organisator kann ein Mittagessen zur Vorbestellung anbieten (siehe Punkt 2.10). Der Preis sowie die Details (mit oder ohne Getränk) werden vom Organisator bestimmt. Die weiteren finanziellen Bestimmungen für den Organisator sind im DOK 12.1 (Punkt 5.3) zu finden.

#### 2.4. Angebot und Disziplinen

Nach Möglichkeit beginnt der Anlass für alle Vereine gemeinsam (z.B. gemeinsames Einwärmen).

Das Jugendsportfest umfasst einen Vereins- und einen Unionswettkampf. Beide Wettkämpfe werden in einer Gruppe von 4-8 Teilnehmenden absolviert. Die Vereine werden verpflichtet, möglichst grosse Gruppen innerhalb dieser Spanne zu bilden. Es können auch Teilnehmende ohne Gruppen angemeldet werden, mit welchen der Organisator selbständig Gruppen bildet. Diese Gruppen gehen unter dem Namen «Challenger-Team» an den Start. Gibt es pro Kategorie mehrere vereinsübergreifende Teams, so werden diese mit einer Farbe (Gelb, Grün, Blau, etc.) im Namen unterschieden (z.B. «Challenger-Team blau»).

Parallel zu den Wettkämpfen gibt es nach Möglichkeit Aktivitäten, welche die Kinder besuchen können.

Das Jugendsportfest endet mit einer Rangverkündigung, bei welcher die Preise abgegeben werden. Auf Reden soll möglichst verzichtet werden. Es dürfen maximal 3 Personen eine Rede à max. 5 Minuten halten.

## 2.5. Kategorien & Rangierung

### 2.5.1. Vereinswettkampf

Beim Vereinswettkampf gibt es eine Geschlechtertrennung. Mixed-Teams sind möglich, werden allerdings bei den Knaben gewertet. Es gibt pro Geschlecht drei Alterskategorien. Die Teams werden in der Kategorie des ältesten Gruppenmitgliedes gewertet.

- Kategorie U17: bis und mit 16 Jahre (nach Jahrgang: Durchführungsjahr – 16)
- Kategorie U13: bis und mit 12 Jahre (nach Jahrgang: Durchführungsjahr – 12)
- Kategorie U10: bis und mit 9 Jahre (nach Jahrgang: Durchführungsjahr – 9)

Pro Disziplin können maximal 10 Punkte geholt werden. Die Punkteberechnung hängt vom Bestresultat ab, welches immer 10 Punkten entspricht. Der schlechteste Tageswert ergibt einen Punkt. Die Punkte dazwischen werden linear berechnet und auf zwei Kommastellen gerundet.

Jedes Team absolviert 5 Disziplinen. Die Punkte der fünf absolvierten Disziplinen werden zusammengezählt. Diese Gesamtpunktzahl ist für die Rangverkündigung relevant. Es gibt zudem eine Vereinsrangierung in allen drei Kategorien, wo der Punkteschnitt aller Teams eines Vereins zählt, sowie eine Rangliste für jede Disziplin erstellt. Sämtliche Ranglisten werden erst nach der Rangverkündigung veröffentlicht.

Falls zwei oder mehr Teams die identische Punktzahl aufweisen, werden diese in der Disziplinenwertung mit dem gleichen Rang aufgeführt. Bei der Gesamtrangliste werden Teams ab Rang 4 mit der gleichen Punktzahl auf dem gleichen Rang gewertet. Falls zwei oder mehrere Teams auf den Rängen 1-3 die gleiche Punktzahl aufweisen, gelten folgende Kriterien über die bessere Rangierung: Altersdurchschnitt (jüngere Gruppe gewinnt), bei Knaben: Geschlechteraufteilung (Team mit mehr Mädchen gewinnt), Anzahl Personen (grössere Gruppe gewinnt), Bestresultat jeder Disziplin (Team mit mehr Bestresultaten gewinnt), Losentscheid. Die Wettkampfbestimmungen sind in Kapitel 3 zu finden.

### 2.5.2. Unionswettkampf

Beim Unionswettkampf können alle Teams Punkte für ihren Regionalverband sammeln. Hier gibt es keine Geschlechter- oder Alterstrennung. Die durchschnittliche Punktzahl pro Person entscheidet über die Rangierung der Regionalverbände. Die Rangliste wird erst nach der Rangverkündigung veröffentlicht. Die Wettkampfbestimmungen sind in Kapitel 4 zu finden.

## 2.6. Preise

Jeder Teilnehmende des Jugendsportfestes erhält eine Medaille. Für die ersten drei Ränge in allen sechs Kategorien im Vereinswettkampf gibt es eine Medaille mit dem Rang (auf Medaille aufgedruckt oder auf dem Bändeli). Das Layout für die Medaillen (mit dem JSF-Logo) wird von der Sport Union Schweiz erarbeitet. Die Medaillen müssen einen Mindestdurchmesser von 4cm haben und die Kosten (inklusive Bändeli, ohne Versand) müssen zwischen 2 CHF und 5 CHF liegen. Den drei siegreichen Vereinen sowie dem siegreichen Regionalverband wird ein kleines Präsent übergeben, dessen Wert zwischen 20 und 50 CHF liegen muss. Die Medaillen und Präsent werden an der Rangverkündigung abgegeben. Die Teilnahme an der Rangverkündigung ist verpflichtend und die Preise werden nicht nachgesendet. Der Veranstalter organisiert und bezahlt sämtliche Preise.

## 2.7. Versicherung & Datenschutz

Die Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmenden. Ist der organisierende Verein Mitglied bei der Sport Union Schweiz, ist dieser über die Police der Sport Union Schweiz für Haftpflichtereignisse versichert. Wird für den Anlass ein Trägerverein gegründet, ist dieser nicht über die Vereinshaftpflichtversicherung gedeckt. Genauere Auskünfte sind bei der Geschäftsstelle der Sport Union Schweiz erhältlich.

Am Jugendsportfest werden Fotos und Videos gemacht, welche auf diversen Plattformen publiziert werden. Zudem werden die Namen inkl. Jahrgang und Vereinszugehörigkeit auf Ranglisten veröffentlicht. Mit der Anmeldung erteilen die Teilnehmenden die Einverständniserklärung.

## 2.8. Nagelschuhe, Wettkampflplatz, Zeitplan

Nagelschuhe mit max. 6mm-Dornen sind zugelassen, sofern der Organisator in der Wettkampfausschreibung nichts anderes vermerkt hat.

Die Wettkampflplatzbeschaffenheit und das Wettkampfmateriel liegen in der Verantwortung des Organisators.

Der Zeitplan und die Reihenfolge der Disziplinen werden durch den Veranstalter bestimmt.

## 2.9. Apéro für Leiterinnen und Leiter

Für die angereisten Leiterinnen und Leiter organisiert der Organisator ein Apéro mit alkoholfreien Getränken, welches den Ehrenamtlichen die Wertschätzung ausdrücken soll. Die Sport Union Schweiz stellt dem Organisator hierfür ein Budget zur Verfügung. Das Apéro wird beim Zelt / Stand der Sport Union Schweiz vor dem Mittagessen durchgeführt.

## 2.10. Verpflegung

Die Verpflegung ist Sache der Teilnehmenden. Es darf eigenes Essen mitgebracht werden. Der Organisator kann in der Ausschreibung ein Mittagessen anbieten. Dieses Mittagessen soll das Angebot vor Ort ergänzen und gesund sein (z.B. Spaghetti mit Salat / Fitnessteller). Der Preis sowie die Details (mit oder ohne Getränk) werden vom Organisator bestimmt.

## 2.11. Helfende pro Verein

Jeder teilnehmende Verein muss eine Helferin / einen Helfer zur Verfügung stellen. Vereine mit 3-5 Gruppen müssen maximal zwei Helfende und Vereine mit mehr als sechs Gruppen maximal 3 Helfende zur Verfügung stellen. Der Organisator regelt die Bestimmungen in der Ausschreibung. Die Helferinnen und Helfer werden vom Organisator verpflegt.

## 2.12. Protest und Schiedsgericht

Proteste sind innerhalb einer Stunde nach dem Vorfall am Infostand zuhanden der Wettkampfleitung einzureichen. Die Protestgebühr, welche vom Organisator bestimmt wird und in der Wettkampfausschreibung bekannt gegeben werden muss, verfällt bei Abweisung des Protests an den Organisator. Wird der Protest gutgeheissen, wird die Gebühr zurückerstattet. Das Schiedsgericht besteht aus drei Personen:

- Leitung Sport & Wettkämpfe der Sport Union Schweiz (oder andere Vertretung der SUS)
- Wettkampfleitung Jugendsportfest (oder andere Vertretung aus dem OK)
- Verantwortliche Person für Jugendsport des Regionalverbandes, in welchem das Jugendsportfest durchgeführt wird (oder andere Vertretung des Regionalverbandes)

## 2.13. Wichtige Daten

Das Jugendsportfest findet alle zwei Jahre an einem Samstag zwischen den Kalenderwochen 34 und 39 statt. Das genaue Datum muss mindestens 1 Jahr vor dem Anlassdatum bekanntgegeben werden.

Die Wettkampfausschreibung muss bis im März vor dem Anlass erfolgen. Darin müssen auch die Disziplinen angegeben werden, welche der Organisator anbietet. Die genauen Informationen zu den Disziplinen (Unterlage, Zeitlimit, genaue Distanzen etc.) müssen mindestens 3 Monate vor dem Anlass bekanntgegeben werden.

### 3. Wettkampfbestimmungen Vereinswettkampf

Der Vereinswettkampf hat ein Fundament an 9 Disziplinen:

Disziplin	Wettkampfvorschriften
Hindernislauf	DOK 13.1, Punkt 3.1
Crosslauf	DOK 13.1, Punkt 3.2
Punktewurf	DOK 13.1, Punkt 3.3
Polysport-Boccia	DOK 13.1, Punkt 3.4
Standweitsprung	DOK 13.1, Punkt 3.5
Korbeinwurf	DOK 13.1, Punkt 3.6
Gruppen-Seilspringen	DOK 13.1, Punkt 3.7
Pendelstafette	DOK 13.1, Punkt 3.8
Polystafette	DOK 13.1, Punkt 3.9

Der Veranstalter wählt sieben Disziplinen aus, welche er am Jugendsportfest anbietet. Die Teams können aus den sieben angebotenen Disziplinen fünf Disziplinen wählen, welche sie absolvieren möchten. Es gibt kein Streichresultat.

### 3.1. Hindernislauf

Beim Hindernislauf kann der Veranstalter aus drei verschiedenen Hindernisläufen wählen. Die Ausführungsbestimmungen sowie das benötigte Material und Personal sind in den entsprechenden Varianten ausgeführt.

Versuche: Nur ein Versuch

Ablauf: Alle Personen der Gruppe absolvieren den Hindernislauf einzeln und übergeben anschliessend der nächsten Person. Die Zeit wird bei der ersten Person gestartet und mit der letzten Person der Gruppe gestoppt. Alle Personen der Gruppen müssen starten. Die Zeit wird später durch die Anzahl Teilnehmenden geteilt (= Durchschnittszeit).

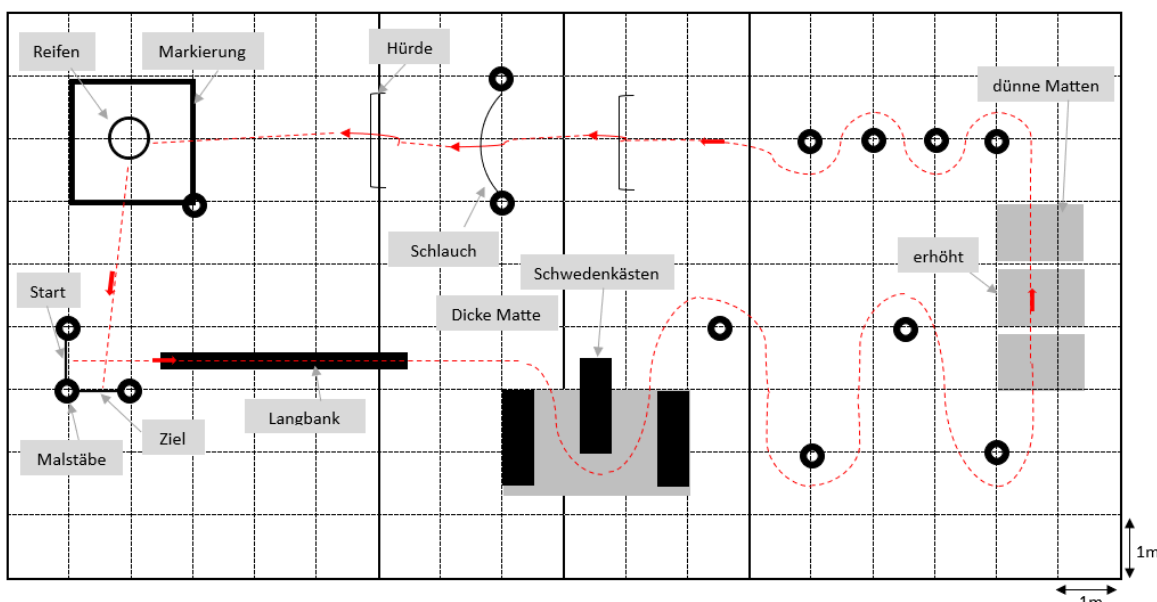
Startsignal: „Auf die Plätze“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.

Anlage: 18x9m (Standard-Volleyballfeld) auf beliebigem Untergrund, indoor oder outdoor

Zeitzuschläge:

- Fehlstart / falscher Wechsel	2 Sekunden
- je Hindernisfehler	2 Sekunden
- Umgehen oder Auslassen eines Hindernisses	5 Sekunden

#### Variante A:

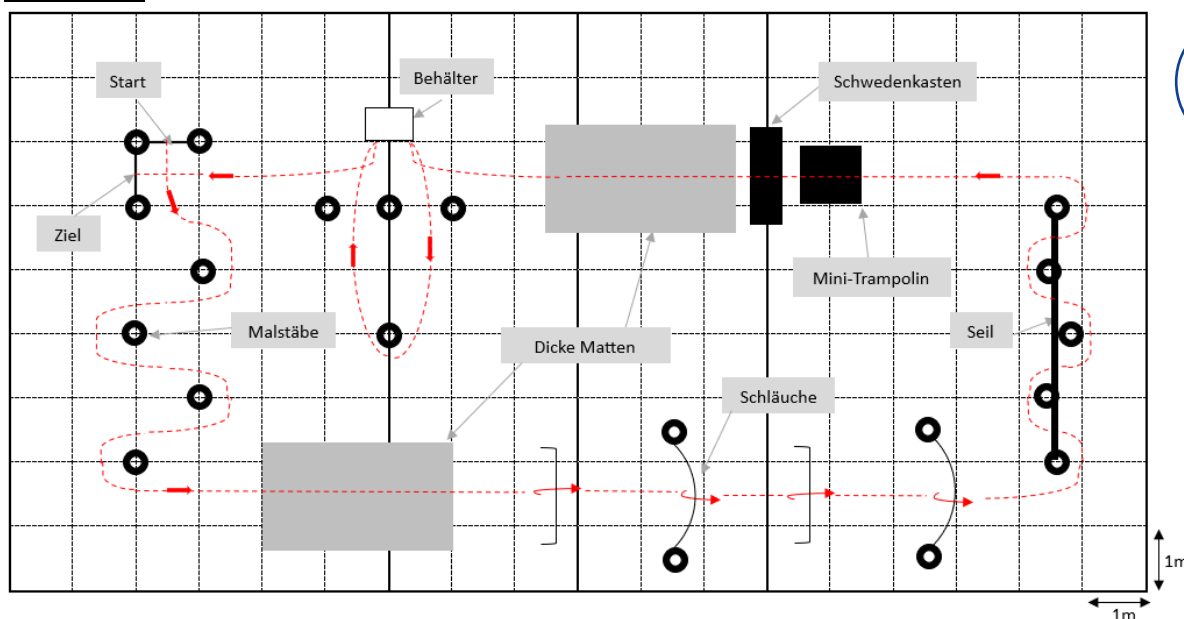


Ausführung: Die erste Person startet auf das Startsignal und rennt über den Langbank. Anschliessend muss unter der dicken Matte, welche auf drei Schwedenkästen liegt, um die Schwedenkästen durchgekrochen werden. Die Schwedenkästen werden auf 4 Elemente reduziert (unterstes Element entfernen, damit keine Füsschen den Weg versperren). Daraufhin werden die vier Malstäbe in der richtigen Richtung umlaufen. Es folgen drei Matten, welche überquert werden müssen. Die zweite Matte wird um ca. einen halben Meter erhöht (bsp. mit Elementen eines Schwedenkastens oder mit SBB-Paletten). Anschliessend kommen die nächsten vier Malstäbe, welche umlaufen werden. Es folgt eine Hürde auf 40cm, welche übersprungen werden muss. Es folgt ein Schlauch, welcher an zwei Malstäben auf einer Höhe von 1m befestigt ist. Es muss unter dem Schlauch hindurchgelaufen werden. Eine erneute Hürde auf 40cm muss übersprungen werden. Innerhalb einer 2x2 Meter Zone liegt anschliessend ein Reifen, durch welchen die Teilnehmenden sich komplett durchbewegen müssen. Art und Weise frei. Er kann über den Kopf gestülpt werden oder von unten her raufgezogen werden. Der Reifen muss im Feld liegen bleiben. Anschliessend folgt der Schlussprint ins Ziel. Die nächste Person kann gehen, sobald die Person vorbeigerannt ist. Nach der letzten Person wird die Zeit gestoppt.

Die Skizze dient dem Organisator als Anhaltspunkt. Die Abstände sind einzuhalten. Das Material kann allerdings abweichen. Beispielsweise ist es möglich, wenn der Hindernislauf Outdoor durchgeführt wird, anstelle von Schwedenkästen SBB-Paletten zu benutzen oder die dicke Matte durch Blachen zu ersetzen. Anderes Material als in der Skizze muss vom Organisator mind. 3 Monate vor dem Anlass kommuniziert werden.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 14 Malstäbe</li> <li>• 1 Langbank</li> <li>• 3 Schwedenkästen</li> <li>• 2 Hürden</li> <li>• 1 Schlauch</li> <li>• 1 dicke Matte</li> <li>• 3 dünne Matten</li> <li>• Erhöhung für mittlere Matte</li> <li>• Markierung für Zone und Start/Ziel</li> <li>• 1 Reifen</li> <li>• 1 Stoppuhr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Zeit / Kontrolle</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Material richten</li> </ul>

### Variante B:



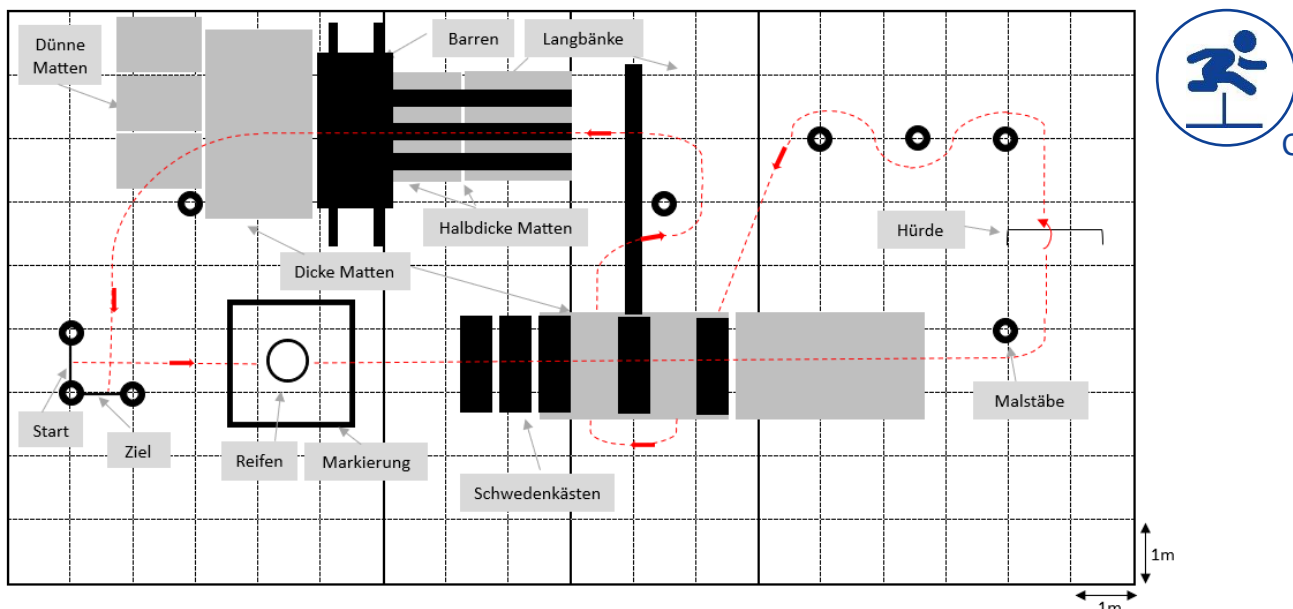
#### Ausführung:

Die startende Person läuft zuerst um die vier Malstäbe herum und anschliessend über die dicke Matte. Anschliessend folgt eine Hürde (40cm), welche übersprungen wird und ein Schlauch, welcher an zwei Malstäben (1m Höhe) befestigt ist und unterlaufen werden muss. Es folgt erneut eine Hürde und ein Schlauch. Darauf folgen fünf Malstäbe. Zwischen dem ersten und dem letzten Malstab ist ein Seil auf einer Höhe von 40 cm befestigt. Der Teilnehmende muss über dieses Seil und um die Malstäbe (direkt am Seil) hindurchhüpfen. Anschliessend folgt ein Mini-Trampolin, mit welchem über den Schwedenkasten (4 Elemente) auf die Matte gesprungen wird. Anschliessend rennt der Teilnehmende zum Behälter, wo sich ein Löffel und ein Pingpongball befinden. Der Pingpongball muss auf dem Löffel platziert werden. Ab dem Durchqueren der zwei Malstäbe darf nur noch mit einer Hand am Griff festgehalten werden. Der Pingpongball muss um den Malstab auf der Skizze herum transportiert werden. Fällt der Ball herunter, muss er aufgelesen werden und es gibt pro Herunterfallen eine Zeitstrafe von 2 Sekunden. Nach dem Durchlaufen durch die zwei Malstäbe kann das Material wieder deponiert werden und ins Ziel gesprintet werden. Die nächste Person darf starten, sobald die Person vorne durchgerannt ist. Nach der letzten Person wird die Zeit gestoppt.

Die Skizze dient dem Organisator als Anhaltspunkt. Die Abstände sind einzuhalten. Das Material kann allerdings abweichen. Beispielsweise ist es möglich, anstelle eines Seils eine Slackline aufzubauen, über welche gehüpft wird. Anderes Material als in der Skizze muss vom Organisator mind. 3 Monate vor dem Anlass kommuniziert werden.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 20 Malstäbe</li> <li>• 2 dicke Matten (300 X 180 x 40cm)</li> <li>• 2 Schläuche</li> <li>• 2 Hürden</li> <li>• 1 Seil (ca. 5 Meter)</li> <li>• 1 Mini-Trampolin</li> <li>• 1 Schwedenkasten</li> <li>• 1 Behälter</li> <li>• 1 Löffel</li> <li>• 1 Pingpongball (+ 1-2 Reserve)</li> <li>• 1 Stoppuhr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Zeit / Kontrolle</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Material richten</li> </ul>

### Variante C:



**Ausführung:** Die startende Person läuft gerade aus in die markierte Zone. Sie muss durch den Ring schlüpfen (Art und Weise frei, Ring muss in markierter Zone bleiben). Die Person läuft anschliessend über das erste grosse Hindernis. Der erste Schwedenkasten umfasst zwei Elemente, die anderen Kästen jeweils vier Elemente. Auf den letzten drei Schwedenkästen liegt eine dicke Matte, auf welcher gelaufen wird. Es wird auf die am Boden liegende dicke Matte gesprungen und um den Malstab gerannt. Die Hürde (40cm Höhe) wird überwunden und die nächsten drei Malstäbe korrekt absolviert. Darauf rennt die Person zurück zum ersten grossen Hindernis und kriecht unter der dicken Matte durch (zwischen Schwedenkasten Nr. 4 und 5), gefolgt von der Unterquerung der Schwedenkästen 3 & 4. Die Person steht wieder auf und überspringt den Langbank, umläuft den Malstab und springt wieder über den Langbank. Nun folgt das zweite grosse Hindernis, welches aus einem Barren besteht, dessen linker Holmen (auf der Skizze) auf der höchsten Stufe befestigt wird. Dort werden drei Langbänke angehängt, auf welchen zwei halbdicke Matten befestigt werden (zuoberst, mit Seilen am Barren/Langbank befestigen). Das Kind rennt diese Matte hoch und springt anschliessend auf die dicke Matte runter. Es muss um den Malstab herum und darf ins Ziel rennen. Die nächste Person darf starten, sobald die Person vorne durchgerannt ist. Nach der letzten Person wird die Zeit gestoppt.

Die Skizze dient dem Organisator als Anhaltspunkt. Die Abstände sind einzuhalten. Das Material kann allerdings abweichen (z.B. kleiner Schwedenkasten zum Besteigen des ersten grossen Hindernisses). Anderes Material als in der Skizze muss vom Organisator mind. 3 Monate vor dem Anlass kommuniziert werden.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 9 Malstäbe</li> <li>• 1 Barren</li> <li>• 3 dicke Matten</li> <li>• 2 halbdicke Matten</li> <li>• 3 dünne Matten</li> <li>• Markierung</li> <li>• 1 Reifen</li> <li>• 5 Schwedenkästen</li> <li>• 4 Langbänke</li> <li>• 1 Hürde</li> <li>• 1 Stoppuhr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Zeit / Kontrolle</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Material richten</li> </ul>



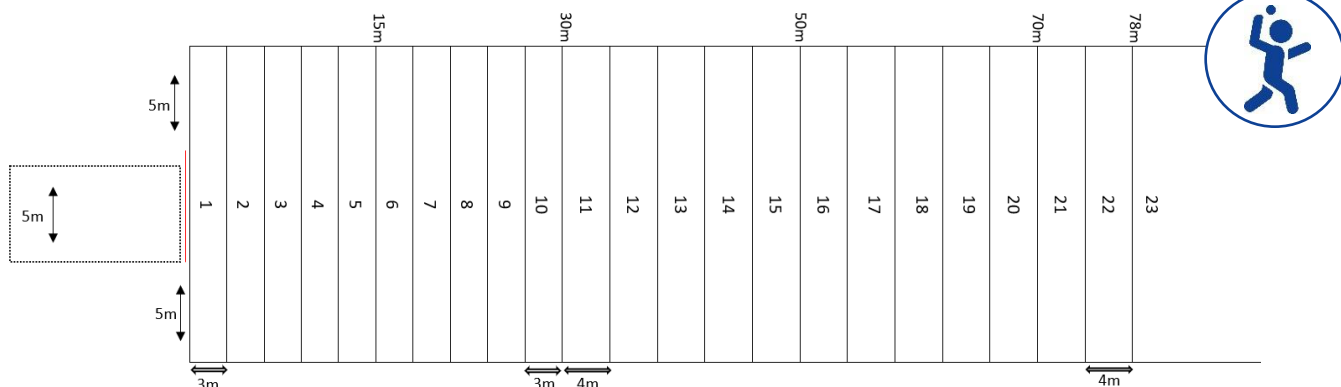
## 3.2. Crosslauf



- Versuche:** Nur ein Versuch
- Distanz:** Eine Runde ist zwischen 350 und 450 Metern lang. Für die Kategorie U17 beträgt die Distanz pro Person zwischen 600 und 900 Metern (2 Runden oder Zusatzschleufe). Die genaue Distanz wird vom Organisator in der Ausschreibung bekannt gegeben.
- Untergrund:** Die Laufunterlage wird vom Organisator festgelegt und in der Ausschreibung bekannt gegeben. Es kann bestehende Infrastruktur (z.B. Spielplatz, Brücken) genutzt werden und es dürfen Hindernisse in den Weg gestellt werden (z.B. Strohhallen). Die Hindernisse werden in der Ausschreibung bekannt gegeben.
- Anzahl Teams:** Es starten mindestens 3 Teams (maximal 15 Teams) gleichzeitig.
- Aufbau:** Die Strecke muss vom Organisator markiert werden. Es ist eine Wechselzone von mindestens 5x8 Metern auszustecken. Für die Teams gibt es einen Wartebereich (pro Team)
- Ablauf:** Die Startläuferinnen und -läufer jeder Gruppe erhalten ein Bündeli und starten auf das Startsignal. Nach dem Absolvieren der Runde (bei U17 nach zwei Runden oder Zusatzschleufe) wird das Bündeli innerhalb der Wechselzone dem nächsten Gruppenmitglied übergeben. Nach der Absolvierung ihres Laufes begeben sich die Athletinnen und Athleten in die Sammelzone. Das letzte Kind läuft nicht mehr in die Wechselzone, sondern ins Ziel. Dort wird die Zeit gestoppt und später durch die Anzahl Teilnehmenden geteilt (= Durchschnittszeit). Alle Kinder der Gruppe müssen die Runde absolvieren.
- Startsignal:** „Auf die Plätze“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.
- Zeitzuschläge:**
- Falsches Absolvieren eines Hindernisses: 5 Sekunden
  - Nicht Absolvieren eines Hindernisses: 10 Sekunden
  - Übertreten des gesteckten Laufs: 10 Sekunden (hartes Vergehen = Ausschluss)

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3-15 Bündeli oder Armbänder (verschiedene)</li> <li>• Material zur Aussteckung des Laufs</li> <li>• Start- / Ziellinie</li> <li>• Hindernisse</li> <li>• Stoppuhr / Zeitmessanlage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Zeit</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1-2 Personen Kontrolle Wechsel</li> <li>• Ca. 4 Personen Streckenposten</li> <li>• 1 Person Reservebedarf</li> </ul>

### 3.3. Punktwurf



Versuche: 3 Versuche (alle zählen).

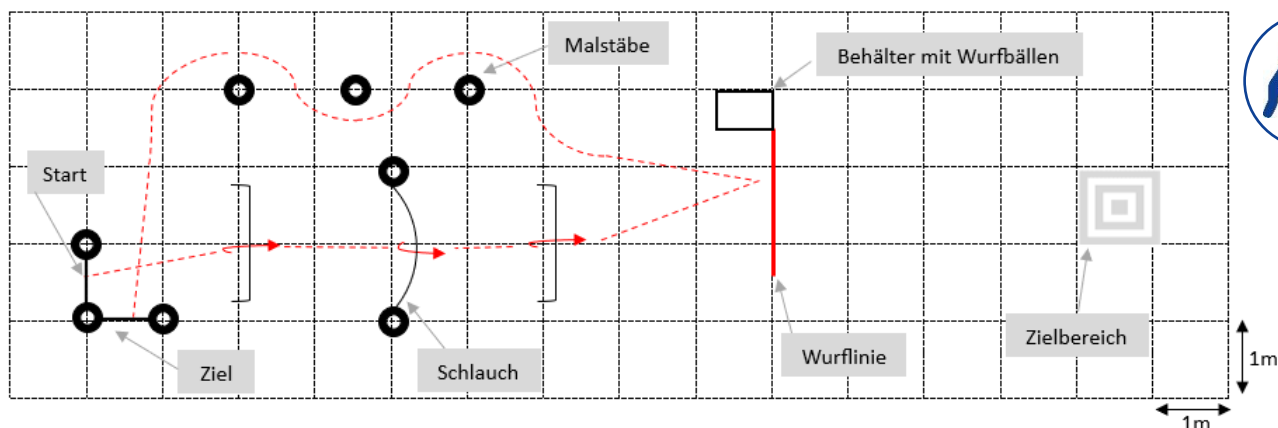
Untergrund: Wird vom Organisator bestimmt und in der Ausschreibung bekanntgegeben.

Ablauf: Alle Teammitglieder werfen die 200g-Bälle so weit wie möglich. Jedes Teammitglied muss werfen. Die drei Bälle werden nicht nacheinander geworfen. Zuerst werfen alle Teammitglieder den ersten Ball. Sobald alle Teammitglieder geworfen haben, folgt der zweite und schliesslich der dritte Ball. Erst dann werden die Bälle eingesammelt. Anstelle einer Abmessung gibt es Punkte zonen. Die ersten 10 Punkte zonen sind jeweils 3 Meter lang, die restlichen 4 Meter. Sie haben eine Breite von 15 Metern. Links und rechts der Zone gibt es keine Punkte. Gemessen wird dort, wo der Ball zum ersten Mal auf die Erde aufprallt. Falls der Ball auf der Linie landet, zählt er zur höheren Punktzahl. Es sind maximal 23 Punkte pro Wurf möglich (bei mehr als 78m innerhalb der 15m Breite gibt es 23 Punkte). Die Punkte werden zusammengerechnet und durch die Anzahl Teammitglieder geteilt (Durchschnittspunkte pro Person)

Übertretung: Wird die Linie oder der Balken übertreten, gibt es keine Punkte.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Linien für Markierungen inkl. Punkte</li> <li>• Balken oder Linie für Abwurf</li> <li>• Mind. 30 Wurfbälle 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Personen Punktebestimmung</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Reservebedarf (z.B. Material richten)</li> </ul>

### 3.4. Polysport-Boccia



**Dauer:** Jedes Team hat drei Minuten Zeit, so viele Punkte wie möglich zu sammeln. Die Teammitglieder starten nacheinander und im Turnus.

**Ablauf:** Die erste Person startet auf das Startsignal und überspringt die Hürde (40cm Höhe), geht unter dem Schlauch durch, welcher an zwei Malstäben (1m Höhe) befestigt ist und überspringt die Hürde (40cm Höhe). Anschliessend geht die Person zur Wurflinie, nimmt einen Cross-Boccia-Ball aus dem Behälter und wirft ihn so genau wie möglich auf den Zielbereich. Die Wurflinie darf nicht übertreten werden. Der Mittelpunkt des Zielrings ist 4.5 Meter von der Wurflinie entfernt. Der Zielbereich ist eckig und es gibt fünf Zonen. Der innerste Bereich (20cm<sup>2</sup>) gibt fünf Punkte, der zweitinnerste Bereich (40cm<sup>2</sup>) gibt vier Punkte, Bereich 3 (60cm<sup>2</sup>) gibt 3 Punkte, der zweitäusserste Bereich (80cm<sup>2</sup>) gibt noch zwei Punkte und der äusserste Bereich (1m<sup>2</sup>) ergibt einen Punkt. Ausserhalb des Zielbereichs gibt es keine Punkte. Die Punkte werden dort gezählt, wo der Ball liegen bleibt. Liegt der Ball auf der Linie, so zählt die höhere Punktzahl. Die helfende Person, welche die Punkte bestimmt, nimmt nach dem Wurf den Ball weg, damit die weiteren wieder eine leere Zielscheibe haben. Nach dem Abwurf werden die drei Malstäbe wie in der Skizze aufgezeichnet umlaufen und sobald die Ziellinie überquert wurde, kann die zweite Person starten. Pro fertig absolvierte Runde gibt es einen Punkt. Pro Runde können somit maximal 6 Punkte (max. 5 Punkte beim Wurf + 1 Punkt für die Runde) erreicht werden. Für angefangene Runden gibt es keine Punkte. Läuft die Zeit aber direkt nach dem Abwurf ab, so werden die Punkte aus dem Wurf dazugerechnet. Die Punkte werden zusammengezählt und so in die Wertung übernommen.

**Startsignal:** „Auf die Plätze“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.

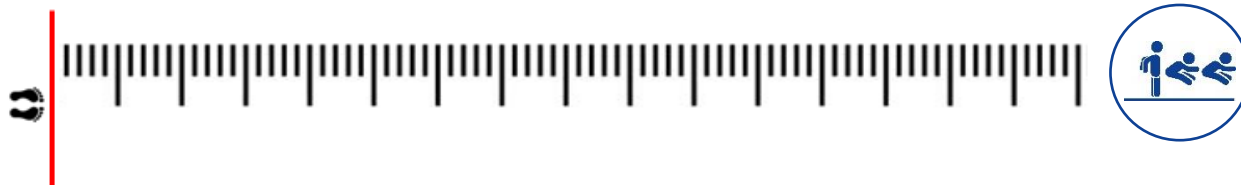
**Anlage:** 16x5m auf beliebigem Untergrund, indoor oder outdoor (sowie etwas Auslaufplatz)

**Punktabzüge:**

- Fehlstart / falscher Wechsel / Hindernisfehler / Übertritt	2 Punkte
- Umgehen oder Auslassen eines Hindernisses	5 Punkte

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8 Malstäbe</li> <li>• 1 Schlauch</li> <li>• 2 Hürden</li> <li>• Markierband für Start, Ziel, Abwurf</li> <li>• Zielbereich (1x1m)</li> <li>• Behälter</li> <li>• 5-10 Cross-Boccia Bälle von Sport-Thieme</li> <li>• 1 Stoppuhr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Punktebestimmung / Cross-Boccia Bälle</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Reservebedarf (z.B. Material richten)</li> </ul>

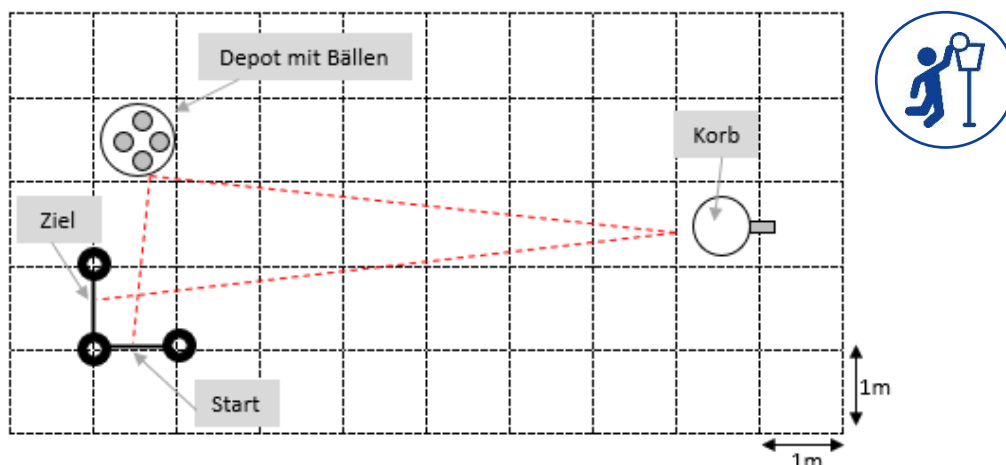
### 3.5. Standweitsprung



- Versuche:** Zwei Versuche pro Person, der bessere Versuch zählt. Die Versuche werden direkt nacheinander absolviert.
- Aufbau:** Startlinie ziehen sowie Messband in einem 90° Winkel zur Linie platzieren / festmachen.
- Ablauf:** Gestartet wird mit den Zehenspitzen hinter der Linie. Die Person springt aus dem Stand (ohne Anlauf, die Füße dürfen nicht bewegt werden) so weit wie möglich. Die Landung muss auf den Füßen erfolgen. Es dürfen keine anderen Körperteile zur Abstützung verwendet werden. Die Füße müssen für mindestens 3 Sekunden an Ort bleiben. Falls dies nicht der Fall ist, so ist der Versuch ungültig (= 0cm). Von der korrekt gelandeten Position dürfen zwei weitere Sprünge aus dem Stand gemacht werden (Total drei Absprünge pro Versuch). Auch hier darf nicht abgestützt werden und die Füße müssen mindestens 3 Sekunden am Boden bleiben. Auf dem Messband wird die Weite abgelesen. Der hinterste Punkt (Ferse) zählt und es wird im 90° Winkel zum Messband gemessen. Es wird immer auf die nächsten 5cm aufgerundet. Alle Teammitglieder müssen starten und es zählt die Durchschnittsweite der besseren Versuche eines jeden Teammitgliedes.
- Anlage:** ca. 20x3m auf beliebigem Untergrund, indoor oder outdoor. Der Untergrund muss in der Wettkampfausschreibung bekannt gegeben werden.
- Strafen:** Landet man nicht auf den Füßen, stützt sich ab, macht einen Übertritt oder bei einem anderen Vergehen wird der entsprechende Versuch mit der Weite 0cm bestraft.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Startlinie</li> <li>• Messband</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Messung</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Reservebedarf</li> </ul>

### 3.6. Korbeinwurf



**Zeit:** Jedes Team hat drei Minuten Zeit, so viele Punkte wie möglich zu sammeln. Die Teammitglieder starten nacheinander. Sobald alle Teammitglieder einmal gestartet sind, startet die erste Person wieder.

**Untergrund:** Wird vom Organisator bestimmt und in der Ausschreibung bekanntgegeben. Die Unterlage muss zwingend hart sein (Hartplatz, Tartan-Platz etc.)

**Ablauf:** Das erste Teammitglied startet und läuft zum Balldepot, welches sich 2 Meter vom Start entfernt befindet, nimmt dort einen Basketball heraus und läuft zum Korb. Die Halterung des Korbes befindet sich 8 Meter vor dem Ziel und 1 Meter verschoben. Der Ball wird in den Korb geworfen. Der Korb ist freistehend ohne Rückwand und befindet sich auf 2 Meter oder 2.5 Meter (je nach Kategorie). Bei einem getroffenen Korb gibt es einen Punkt. Wird der Korb nicht getroffen, gibt es keinen Punkt. Direkt nach dem Abwurf wird zurückgerannt und die Ziellinie überquert. Die nächste Person darf starten. Die Person, welche fertig ist, holt den Ball der Person, welche nun gestartet ist und legt den Ball wieder ins Depot, bevor sie wieder startberechtigt ist. Ein Kind startet zu Beginn beim Korb, um den ersten Ball zurückzuholen.

**Korbhöhe:** U10 + U13 = 2 Meter / U17 = 2.5 Meter

**Startsignal:** „Auf die Plätze“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.

**Strafpunkte:** Für folgende Vergehen wird jeweils ein Punkt abgezogen:

- Fehlstart
- Ball nicht aus dem Balldepot
- Ball nicht oder falsch zurückgeholt
- Rütteln an Korbeinrichtung

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Korb mit 2m sowie 2.5m Höhe</li> <li>• Korbdepot mit ca. 80cm Durchmesser</li> <li>• 4 Basketbälle Grösse 7</li> <li>• 3 Malstäbe</li> <li>• 1 Stoppuhr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Zählung</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Reservebedarf</li> </ul>

### 3.7. Gruppen-Seilspringen



Versuch/Zeit: 1 Versuch, 1 Minute

Untergrund: Wird vom Organisator bestimmt und in der Ausschreibung bekanntgegeben. Die Unterlage muss zwingend hart sein (Halle, Hartplatz)

Ablauf: Das gesamte Team startet gleichzeitig und springt 1 Minute lang. Die Ausgangsstellung ist das Seil hinter den Füßen. Nach dem Startsignal werden an Ort so viele Seildurchzüge wie möglich gemacht. Die Art und Weise des Springens ist frei.

Startsignal: „Auf die Plätze“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.

Wertung: Anzahl Seildurchzüge unter den Füßen (Doppelsprünge = 2). Die Sprünge werden von 1-2 Kampfrichtern pro Kind gezählt. Zählwerkangaben (Springseile mit Zählwerken) sind kein Beweismittel und nicht für die Wertung geeignet. Es zählt die Durchschnittszahl der Gruppe.

Seil: Es dürfen keine eigenen Seile mitgebracht werden und nur diejenigen des Organisators benutzt werden (Polysportgedanke). Der Organisator muss aber Rope-Skipping Springseile in diversen Längen anbieten (keine Stoffseile oder Ähnliches).

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mind. 8 Rope-Skipping Springseile pro Länge (mind. 4 unterschiedliche Längen)</li> <li>• 1 Stoppuhr</li> <li>• 8-10 Handzähler</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Zeit</li> <li>• 8 Personen zum Zählen (bei 4er Teams: 2 Pers / Kind, bei 8er Teams: 1 Pers / Kind)</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Reservebedarf</li> </ul>

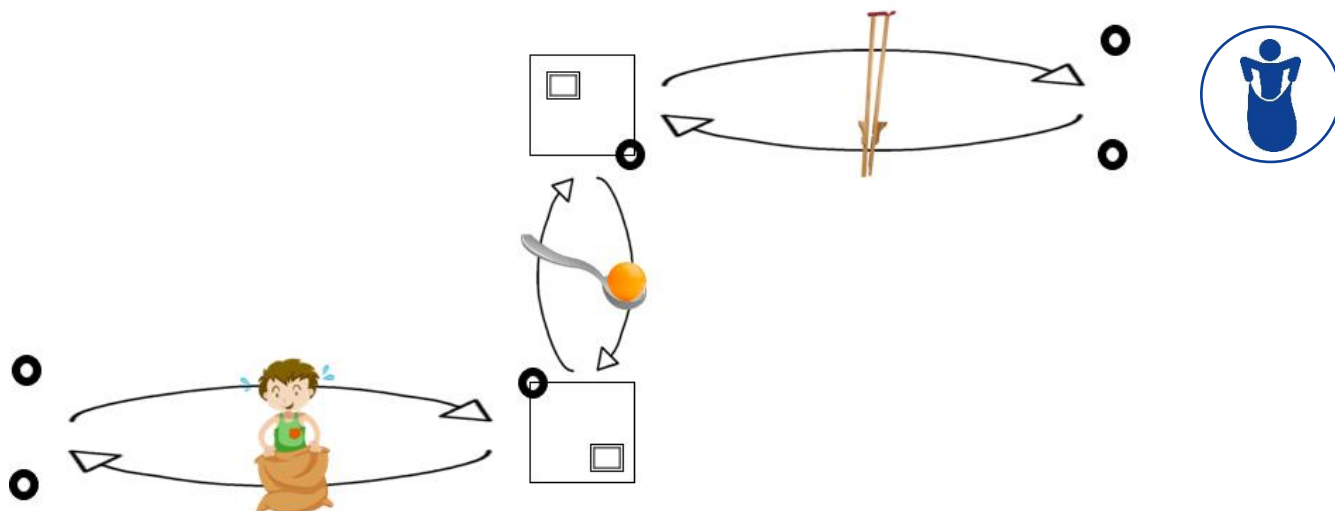
### 3.8. Pendelstafette



- Versuch/Zeit: 1 Versuch, 4 Minuten
- Untergrund: Der Untergrund kann vom Organisator bestimmt werden, idealerweise auf Rasen und muss in der Ausschreibung bekanntgegeben werden. Es ist eine Mindestbreite von 1.20 Metern pro Bahn notwendig. Die Länge beträgt 40 Meter. Nach jeweils 10 Metern gibt es eine Markierung.
- Vorbereitung: Das Team verteilt sich gleichmässig auf beiden Seiten auf, mindestens je 2 Athleten auf beiden Seiten.
- Ablauf: Nach dem Startkommando sprintet die erste Person los und übergibt den Stab der nächsten Person. Der Stafettenstab muss jeweils hinten um den Malstab herumgeführt werden. Die Person stellt sich wieder hinten an.
- Startsignal: „Auf die Plätze“ – „Fertig“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.
- Wertung: Pro Stabübergabe gibt es einen Punkt, respektive pro 10 Meter gibt es einen Viertelpunkt. Wenn die laufende Person nach vier Minuten somit bereits  $\frac{3}{4}$  der Strecke erreicht hat, gibt es noch zusätzliche 0.75 Punkte.
- Strafen:
- |                       |                  |                        |
|-----------------------|------------------|------------------------|
| Fehlstart             | 1 Punkt Abzug    |                        |
| Bahnübertritt         | 0.5 Punkte Abzug |                        |
| Stab- /Übergabefehler | 0.5 Punkte Abzug | (Stabwerfen = 1 Punkt) |
| Malstab fliegt um     | 0.5 Punkte Abzug |                        |

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Markierungsband</li> <li>• Pro Laufbahn 2 Malstäbe</li> <li>• Pro Laufbahn 1 Stafetten-Stab</li> <li>• 1 Stoppuhr</li> <li>• Einstech-Markierungen für 10m-Markierungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Person Zeit</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 2 Personen Kontrolle Übergaben</li> <li>• 1 Person Kontrolle Streckenmitte</li> <li>• Pro Bahn 1 Person (Punkte zählen)</li> <li>• 1 Person Reservebedarf</li> </ul>

### 3.9. Polystafette



Versuch/Zeit: 1 Versuch, alle Gruppenmitglieder absolvieren die Stafette einmal

Untergrund: Der Untergrund kann vom Organisator bestimmt werden, muss aber in der Ausschreibung bekannt gegeben werden.

Teildisziplinen: Der Organisator bestimmt die Teildisziplinen und gibt diese mit der Distanz pro Disziplin in der Ausschreibung bekannt. Es müssen mindestens drei verschiedene Elemente eingebaut werden. Der Organisator hat bei der Auswahl der Disziplinen keine Auflagen und kann auch eigene Ideen einbauen. Mögliche Teildisziplinen als Inspiration: Sackhüpfen, Eiertransport (Pingpongball auf Löffel), Ball mit Füßen führen, Skateboard, Pedalo, Stelzen, Rollbrett, Mattenschieben, Ballon aufblasen, Schwedenkasten stossen, Ball prellen, Kickboard, Rollski, usw.

Vorbereitung: Das Team verteilt sich gleichmässig auf beide Seiten auf, mindestens je 2 Athleten auf beiden Seiten. Bei einer ungeraden Anzahl startet ein Kind mehr auf der Start-Seite. Es erfolgt eine kurze Einführung durch die Helfenden, was erlaubt ist und was nicht (z.B. beim Traktorfahren ist es nicht erlaubt den Traktor zu stossen). Es werden Wechselzonen (für Wechsel der Teildisziplinen) markiert, welche mind. 4x4 Meter gross sind. Es können auch Behälter innerhalb der Wechselzone positioniert werden (z.B. für Eiertransport).

Ablauf: Nach dem Startkommando startet die erste Person und absolviert die unterschiedlichen Teildisziplinen, bis sie in der Wechselzone (ca. 4x4m) angekommen ist. Das Material muss innerhalb der Wechselzone deponiert werden und das neue Material genommen werden. Am Ende übergibt sie das Material der nächsten Person, welche die gesamte Stafette zurück absolviert. Das Material liegt jeweils bereits am näherliegenden Malstab. Die Zeit wird gestoppt, sobald die letzte Person die Stafette absolviert hat. Zeit wird durch die Anzahl Teilnehmenden dividiert.

Startsignal: „Auf die Plätze“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.

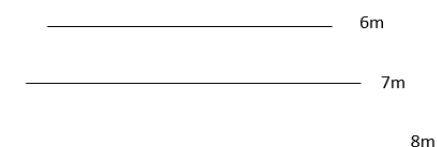
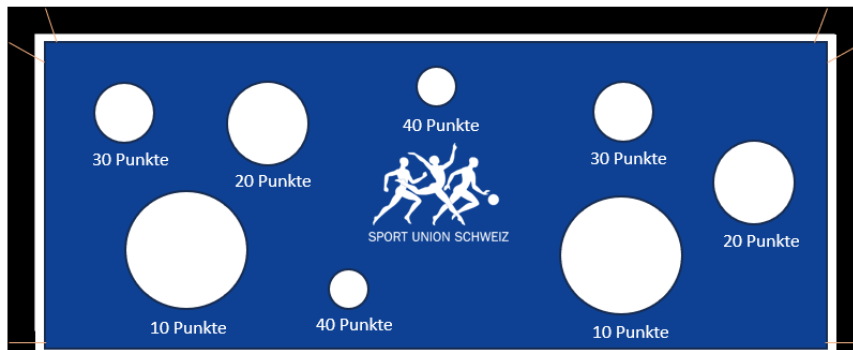
Zeitstrafen:	Wechselfehler	2 Sekunden Zeitzuschlag
	Behinderung eines gegnerischen Teams	3 Sekunden Zeitzuschlag
	Falsches Absolvieren einer Teildisziplin	5 Sekunden Zeitzuschlag

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Markierungsband</li> <li>• 6-10 Malstäbe (je nach Anz. Teildisziplinen)</li> <li>• Pro Bahn 1 Stoppuhr</li> <li>• Je nach Wahl der Elemente das benötigte Material</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pro Bahn 1 Person Zeit</li> <li>• 1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>• 1 Person Reservebedarf</li> </ul>



## 4. Wettkampfbestimmungen Unionswettkampf

Beim Unionswettkampf können alle Teams Punkte für ihren Regionalverband sammeln. Im Falle eines Vereines, welcher nicht zur Sport Union Schweiz gehört, aber mitorganisiert (im Trägerverein, vgl. Punkt 2.1), zählen die Punkte zum entsprechenden Regionalverband, in welchem das Jugendsportfest durchgeführt wird. Die Auswertung ist in Punkt 2.5.2 geregelt.



Versuch: Ein Wurf pro Teammitglied

Anlage: ca. 10x15 Meter auf beliebigem Untergrund (Untergrund muss in der Ausschreibung bekannt gegeben werden). Sinnvollerweise befindet sich eine Wand oder ein Gitter hinter dem Tor (damit daneben geworfene Bälle nicht auf andere Anlagen fliegen).

Vorbereitung: Das Tor wird aufgestellt und die Blache der Sport Union Schweiz befestigt. Die Abwurfli-nien werden abgemessen.

Ausführung: Jedes Teammitglied wählt einen Wurf-/Spielgegenstand. Jeder Wurf-/Spielgegenstand darf nur einmal pro Team verwendet werden. Der Organisator bietet mindestens acht ver-schiedene Wurf-/Spielgegenstände an. Die Auswahl obliegt dem Organisator und muss in der Ausschreibung bekannt gegeben werden. Mögliche Wurf- /Spielgegenstände sind beispielsweise ein Fussball (mit dem Fuss schießen), ein Handball (mit Hand werfen), ein Frisbee, Unihockeystock- und ball, Volleyball. Die gewählten Wurf-/Spielgegenstände werden dann in der dafür vorgesehenen Weise (z.B. Unihockeyball mit Unihockeystock) auf die Punktwand gespielt. Die Teams der U10 spielen aus 6 Metern, die Teams der U13 aus 7 Metern und die Teams der U17 aus 8 Metern Distanz. Je nach Grösse des Lochs gibt es mehr Punkte. Wenn kein Feld getroffen wird, gibt es keinen Punkt. Schluss-endlich wird die Durchschnittspunktzahl pro Regionalverband berechnet.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>Fussballtor (7.32m Breite, 2.44m Höhe)</li> <li>Blache der Sport Union Schweiz</li> <li>Befestigungsmaterial (Seile, Kabelbinder, Schere)</li> <li>Markierung für Abwurfzone</li> <li>8 Spiel-/Wurfgegenstände (z.B. Fussball, Frisbee)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Punktezähler</li> <li>1 Person Instruktion / Resultate</li> <li>1 Person Reservebedarf</li> </ul>

## 5. Schlussbestimmung

Dieses DOK wurde an der Planungskonferenz vom 24. Februar 2024 genehmigt und tritt per sofort in Kraft.