

---

# DOK 12.2

## Reglement Sektionswettkampf

### Ausgabe März 2026

---



# Inhaltsverzeichnis

<b>1.</b>	<b>Einleitung.....</b>	<b>2</b>
<b>2.</b>	<b>3-teiliger Sektionswettkampf.....</b>	<b>2</b>
2.1.	Wettkampfteile.....	2
2.2.	Stärkeklassen.....	2
2.3.	Berechnung der Stärkeklassen.....	2
2.4.	Unfälle.....	2
2.5.	Disziplinen.....	3
2.6.	Ordnungsabzüge.....	3
2.7.	Rangliste.....	3
2.8.	Preise.....	3
<b>3.</b>	<b>1-teiliger Sektionswettkampf.....</b>	<b>4</b>
3.1.	Wettkampfteile.....	4
3.2.	Kategorien & Disziplinen.....	4
3.3.	Stärkeklassen.....	4
3.4.	Unfälle.....	4
3.5.	Ordnungsabzüge.....	4
3.6.	Rangliste.....	4
3.7.	Preise.....	4
<b>4.</b>	<b>Wettkampfbestimmungen.....</b>	<b>5</b>
4.1.	Gymnastik.....	5
4.2.	Team-Aerobic.....	5
4.3.	Vereinsgeräteturnen.....	6
4.4.	Hindernislauf.....	7
4.5.	Pendelstafette.....	9
4.6.	Korbeinwurf.....	10
4.7.	Ballstafette.....	11
4.8.	Kettenlauf.....	13
4.9.	Weitsprung.....	15
4.10.	Hochsprung.....	16
4.11.	Kugelstossen.....	17
4.12.	Weitwurf.....	19
4.13.	Schleuderball.....	20
4.14.	Sektionslauf (1000 m Lauf).....	21
4.15.	Steinheben.....	22
4.16.	Steinstossen.....	24
<b>5.</b>	<b>Wertungstabelle.....</b>	<b>25</b>
<b>6.</b>	<b>Protest und Schiedsgericht.....</b>	<b>26</b>
<b>7.</b>	<b>Schlussbestimmungen.....</b>	<b>26</b>

## 1. Einleitung

Der Sektionswettkampf wird an jedem Sportfest angeboten und umfasst den 3-teiligen und den 1-teiligen Sektionswettkampf. Die allgemeinen Bestimmungen (z.B. Anmeldung, Medienarbeit, Finanzen, Kampfrichtende / Wertungsrichtende / Helfende) sind im Reglement 12.1 (Sportfest Allgemeines) zu finden.

## 2. 3-teiliger Sektionswettkampf

### 2.1. Wettkampfteile

Der 3-teilige Sektionswettkampf besteht aus 3 Wettkampfteilen. Pro Wettkampfteil dürfen max. 3 Disziplinen gewählt werden. Alle Disziplinen eines Wettkampfteils werden gleichzeitig absolviert. Ein Wettkampfteil muss mindestens 8 Teilnehmende umfassen (Ausnahme 6. Stärkeklasse)

### 2.2. Stärkeklassen

Beim 3-teiligen Sektionswettkampf gibt es verschiedene Stärkeklassen

1. Stärkeklasse	30 und mehr	Teilnehmende
2. Stärkeklasse	23 bis 29	Teilnehmende
3. Stärkeklasse	17 bis 22	Teilnehmende
4. Stärkeklasse	12 bis 16	Teilnehmende
5. Stärkeklasse	8 bis 11	Teilnehmende
6. Stärkeklasse	4 bis 7	Teilnehmende

### 2.3. Berechnung der Stärkeklassen

Die Anzahl der Teilnehmenden kann pro Wettkampfteil unterschiedlich sein. Alle Teilnehmenden pro Wettkampfteil werden zusammengezählt und durch die Wettkampfteile (= 3) geteilt. Dies ergibt die Stärkeklasse.

Beispiel:	1. Wettkampfteil	GYM Gymnastik:	28	Teilnehmende
	2. Wettkampfteil	SH Steinheben:	4	Teilnehmende
		SB Schleuderball:	4	Teilnehmende
		HL Hindernislauf:	8	Teilnehmende
		3. Wettkampfteil	PS Pendelstafette:	20
		<b>TOTAL</b>	<b>64</b>	<b>Teilnehmende</b>

Durchschnitt (64 Teilnehmende : 3 Wettkampfteile) = 21,3 Teilnehmende  
 → wird immer aufgerundet = 3. Stärkeklasse (17 bis 22 Teilnehmende).

Die Anstösserinnen & Anstösser im Schaukelringen zählen zur Anzahl hinzu.

### 2.4. Unfälle

Schätzbare Disziplinen: Bei Ausfällen ist das Arzteugnis zum Wettkampf mitzubringen. Sie werden im Bestand mitgezählt. Das Zeugnis darf maximal 4 Wochen alt sein.

Messbare Disziplinen: Ausschliesslich Verunfallte am Wettkampftag werden im Bestand mitgezählt. Nur die Bestätigung der Sanität ist gültig. Die Platzchefin/der Platzchef resp. der KR-Chef/die KR-Chefin entscheiden vor Ort, ob es sich um einen Unfall handelt, der zur Wiederholung der Disziplin berechtigt.

## 2.5. Disziplinen

Disziplin	Damen	Herren	1.-5. Stärkeklasse	6. Stärkeklasse	DOK
GYM Gymnastik	X	X	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.1
TAE Team Aerobic	X	X	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.2
BA Barren	---	X	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.3
SSB Schulstufenbarren	X	---	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.3
BO Boden	X	X	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.3
RE Reck	X	X	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.3
SR Schaukelringe	X	X	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.3
SP Sprungprogramm	X	X	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.3
GK Gerätekombination	X	X	Mind. 6 Pers.	Mind. 6 Pers.	12.2, 4.3
HL Hindernislauf	X	X	Mind. 8 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.4
PS Pendelstafette	X	X	Mind. 8 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.5
KO Korbeinwurf	X	X	Mind. 8 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.6
BS Ballstafette	X	X	Mind. 8 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.7
KL Kettenlauf	X	X	Mind. 8 Pers.	---	12.2, 4.8
WE Weitsprung	X	X	Mind. 4 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.9
HO Hochsprung	X	X	Mind. 4 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.10
KU Kugelstossen	3 kg	5 kg	Mind. 4 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.11
WU Weitwurf	200 g	500 g	Mind. 4 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.12
SB Schleuderball	1 kg	1.5 kg	Mind. 4 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.13
10 Lauf	1000 m	1000 m	Mind. 4 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.14
SH Steinheben	10 / 12.5 kg	18 / 22.5 kg	Mind. 4 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.15
SS Steinstossen	6 kg	12.5 kg	Mind. 4 Pers.	Mind. 4 Pers.	12.2, 4.16

Jede Disziplin darf nur einmal gewählt werden. Bei grossen Sektionen und zwei oder mehr Wettkampfanlagen, kann in mehreren Teilsektionen gleichzeitig gestartet werden. Der Organisator muss mindestens folgende Disziplinen anbieten: GYM, TAE, BA, SR, SP, GK, HL, PS, KO, BS, WE, KU, WU und 10.

## 2.6. Ordnungsabzüge

Bei zu spätem Erscheinen zum Wettkampf (in Wettkampfausschreibung definiert) oder unsportlichem Verhalten während des Wettkampfs kann es Abzüge bis max. 1 Punkt geben. Diese Abzüge müssen vom Chef-Kampfrichter/der Chef-Kampfrichterin klar definiert und begründet werden. Einsprachen gegen solche Abzüge können innerhalb einer Stunde schriftlich bei der Wettkampfleitung gemacht werden (vgl. Punkt 6).

## 2.7. Rangliste

Die Ranglisten werden pro Stärkeklasse separat ausgestellt. Die Gesamtpunktzahl entsteht aus der Summe der Durchschnittspunktzahlen pro Wettkampfteil. Sportfestsieger wird der bestrangierte Verein in der höchsten Stärkeklasse, welcher bei der Sport Union Schweiz gemeldet ist. Haben zwei Vereine die gleiche Punktzahl, so werden sie auf demselben Rang klassiert.

## 2.8. Preise

Jede Riege, welche den Wettkampf ordnungsgemäss beendet, erhält einen Lorbeerkrantz und eine Leiterauszeichnung. Weitere Leiterauszeichnungen können die Vereine gegen Aufpreis mit der Anmeldung bestellen. Der Sportfestsieger der höchsten Stärkeklasse erhält einen Goldkrantz oder Naturalpreis. Die Beschaffung und Organisation obliegen dem Organisator.

### 3. 1-teiliger Sektionswettkampf

#### 3.1. Wettkampfteile

Der 1-teilige Sektionswettkampf besteht aus einem Wettkampfteil und einer Disziplin. Es darf dieselbe Darbietung wie im 3-teiligen Sektionswettkampf präsentiert werden.

#### 3.2. Kategorien & Disziplinen

Im 1-teiligen Sektionswettkampf kann der Veranstalter, im Gegensatz zum 3-teiligen Sektionswettkampf, in Absprache mit der Fachgruppe der Sport Union Schweiz auch den 3-5er Teamwettkampf, Einzel- und Paarwettkampf anbieten. In der Ausschreibung muss der Organisator bekannt geben, ob der 3-5er Teamwettkampf, der Einzelwettkampf, der Paarwettkampf und der Vereinswettkampf (mind. 6 Personen) gemeinsam in einer Rangliste gewertet werden oder in separaten Kategorien.

Kategorie	Disziplin	Damen	Herren	DOK
Vereinsgeräteturnen	BA Barren	---	X	12.2, 4.3
	SSB Schulstufenbarren	X	---	12.2, 4.3
	BO Bodenturnen	X	X	12.2, 4.3
	RE Reck	X	X	12.2, 4.3
	SP Sprünge	X	X	12.2, 4.3
	GK Gerätekombination	X	X	12.2, 4.3
	SR Schaukelringe	X	X	12.2, 4.3
Gymnastik / Team Aerobic	GYM Gymnastik	X	X	12.2, 4.1
	TAE Team Aerobic	X	X	12.2, 4.2

#### 3.3. Stärkeklassen

Es werden keine verschiedenen Stärkeklassen angeboten.

#### 3.4. Unfälle

Bei Ausfällen ist das Arztzeugnis zum Wettkampf mitzubringen. Sie werden im Bestand mitgezählt. Das Zeugnis darf maximal 4 Wochen alt sein. Die Platzchefin / der Platzchef resp. der KR-Chef / die KR-Chefin entscheiden vor Ort, ob es sich um einen Unfall handelt, der zur Wiederholung der Disziplin berechtigt.

#### 3.5. Ordnungsabzüge

Bei zu spätem Erscheinen zum Wettkampf (in Wettkampfausschreibung definiert) oder unsportlichem Verhalten während des Wettkampfs kann es Abzüge bis max. 1 Punkt geben. Diese Abzüge müssen vom Chef-Kampfrichter / der Chef-Kampfrichterin klar definiert und begründet werden. Einsprachen gegen solche Abzüge können innerhalb einer Stunde schriftlich bei der Wettkampfleitung gemacht werden (vgl. Punkt 6).

#### 3.6. Rangliste

Für beide Kategorien (Vereinsgeräteturnen und Gymnastik / Team Aerobic) wird je eine Rangliste erstellt. Der 1-teilige Wettkampf zählt nicht gleichzeitig für den 3-teiligen Wettkampf und umgekehrt. Haben zwei Vereine die gleiche Punktzahl, so werden sie auf demselben Rang klassiert.

#### 3.7. Preise

Jede Riege, welche den Wettkampf ordnungsgemäss beendet, erhält einen Lorbeerkrantz. Die beiden Kategoriensieger erhalten zusätzlich einen Naturalpreis. Die Beschaffung und Organisation obliegen dem Organisator.

## 4. Wettkampfbestimmungen

### 4.1. Gymnastik

**Weisungen:** Die Weisungen sind analog den Weisungen des Schweizerischen Turnverbandes STV. Die Weisungen können auf der [STV-Webseite](#) heruntergeladen werden oder per Mail an [stv@stv-fsg.ch](mailto:stv@stv-fsg.ch) bestellt werden.

**Wettkampfangebot:** Das Angebot der Disziplinen richtet sich nach den Punkten 2.5 / 3.2 sowie der Wettkampfausschreibung. Der Einzelwettkampf, Paarwettkampf und 3er-5er Teamwettkampf kann im 1-teiligen Sektionswettkampf in Absprache mit der Fachgruppe der Sport Union Schweiz angeboten werden (vgl. Punkt 3.2), nicht aber im 3-teiligen Sektionswettkampf.

**Durchführung:** Es müssen mindestens fünf Vereine teilnehmen, damit die Disziplin durchgeführt werden kann.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absperrband für Zuschauende</li> <li>• Molankegel für Eck- und Seitenmarkierungen</li> <li>• 1 wetterfestes Zelt (oder Anhänger) für Sekretariat / Speaker / Musik</li> <li>• 1 wetterfestes Zelt für Wertungsrichtende</li> <li>• Genügend Tische, Stühle oder Bänke</li> <li>• Musikanlage und Stromanschluss</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1-2 Personen für Bedienung der Musikanlage</li> <li>• Die Besetzung des Sekretariats und der WR geschieht gemäss STV-Reglement und in Absprache mit der Fachgruppe der SUS</li> </ul>

### 4.2. Team-Aerobic

**Weisungen:** Die Weisungen sind analog den Weisungen des Schweizerischen Turnverbandes STV. Die Weisungen können auf der [STV-Webseite](#) heruntergeladen werden oder per Mail an [stv@stv-fsg.ch](mailto:stv@stv-fsg.ch) bestellt werden.

**Wettkampfangebot:** Das Angebot der Disziplinen richtet sich nach den Punkten 2.5 / 3.2 sowie der Wettkampfausschreibung. Der Einzelwettkampf, Paarwettkampf und 3er-5er Teamwettkampf kann im 1-teiligen Sektionswettkampf in Absprache mit der Fachgruppe der Sport Union Schweiz angeboten werden (vgl. Punkt 3.2), nicht aber im 3-teiligen Sektionswettkampf.

**Durchführung:** Es müssen mindestens fünf Vereine teilnehmen, damit die Disziplin durchgeführt werden kann.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absperrband für Zuschauende</li> <li>• 8 Molan-Kegel</li> <li>• Rasen: Markierungsfarbe, Halle: Klebeband</li> <li>• Witterungsfeste Unterstände (z.B. Gartenzelte) für Musikanlage, Sekretariat und Kampfrichtende</li> <li>• 2-3 Tische</li> <li>• Genügend Stühle oder Bänke für Wertungsrichtende</li> <li>• Musikanlage und Stromanschluss</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1-2 Personen für Bedienung der Musikanlage</li> <li>• Die Besetzung des Sekretariats und der WR geschieht gemäss STV-Reglement und in Absprache mit der Fachgruppe der SUS</li> </ul>

### 4.3. Vereinsgeräteturnen

**Weisungen:** Die Weisungen sind analog den Weisungen des Schweizerischen Turnverbandes STV. Die Weisungen können auf der [STV-Webseite](#) heruntergeladen werden oder per Mail an [stv@stv-fsg.ch](mailto:stv@stv-fsg.ch) bestellt werden.

**Disziplinen:** Das Vereinsgeräteturnen umfasst folgende Disziplinen:

- Barren BA
- Schulstufenbarren SSB
- Boden BO
- Reck RE
- Sprünge SP
- Schaukelringe SR
- Gerätekombination GK

Das Disziplinenangebot richtet sich nach der Wettkampfausschreibung des jeweiligen Veranstalters.

**Durchführung:** Es müssen mindestens fünf Vereine am Vereinsgeräteturnen teilnehmen, damit dieser Wettkampf durchgeführt werden kann. Welche Disziplin gewählt wird, spielt dabei keine Rolle.

**Wettkampfangebot:** Das Angebot der Disziplinen richtet sich nach den Punkten 2.5 / 3.2 sowie der Wettkampfausschreibung. Der Einzelwettkampf, Paarwettkampf und 3er-5er Teamwettkampf kann im 1-teiligen Sektionswettkampf in Absprache mit der Fachgruppe der Sport Union Schweiz angeboten werden (vgl. Punkt 3.2), nicht aber im 3-teiligen Sektionswettkampf.

**Sicherheit & Haftung:** Die SUS, der Regionalverband und der Organisator lehnen bei nicht vorschriftsmässiger Verwendung der Anlagen und Geräte und bei Fehlmanipulationen die Haftung ab. Bei Missachtungen haftet der Verein.

**Anstösser:innen:** Die Anstösserinnen & Anstösser im Schaukelringen zählen zur Anzahl hinzu.

Materialliste	Bedarf Helfende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Absperrband für Zuschauende</li> <li>• Material für Vorführungen (Vereine müssen Liste ein-senden)</li> <li>• Witterungsfeste Unterstände (z.B. Gartenzelte) für Musikanlage, Sekretariat und Kampfrichtende</li> <li>• 2-3 Tische</li> <li>• Genügend Stühle oder Bänke für Wertungsrichtende</li> <li>• Musikanlage und Stromanschluss</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1-2 Personen für Bedienung der Musikanlage</li> <li>• Die Besetzung des Sekretariats und der WR geschieht gemäss STV-Reglement und in Absprache mit der Fachgruppe der SUS</li> </ul>

#### 4.4. Hindernislauf

**Anlage:** Der Hindernislauf wird in einer Turnhalle oder gedeckten Halle mit entsprechendem Boden ausgetragen. Das Schuhwerk richtet sich nach den jeweiligen Weisungen der Hallenverwaltung.

**Organisation:** Sektionen mit mehr als 16 Teilnehmenden starten in zwei Teilsektionen.

- Der Disziplinenchef / die Disziplinenchefin weist die Anlagen zu.
- Die Riegenleitenden stellen ihre Sektion/Teilsektionen im Warteraum auf, hinter der zugewiesenen Bahn. Während des Wettkampfes halten sich die Teilnehmenden in den Warteräumen der eigenen Anlage auf.
- Der Schlussläufer / die Schlussläuferin trägt ein Brustband.
- Ein Probedurchlauf ist erlaubt.
- Bei Abbruch des Laufes infolge Verletzung wiederholt die Sektion/Teilsektion den Lauf mit oder ohne Ersatzläuferin / Ersatzläufer. Mindestens vier Personen müssen den Hindernislauf absolvieren.

**Startkommando:** «Auf die Plätze» - «Fertig» - «Los»

**Ausführung:** Der Hindernislauf wird in Stafettenform ausgetragen. Bei einem Fehlstart wird der Start nicht wiederholt. Nach der Beendigung des Laufs begibt sich die Person auf kürzestem Weg in den festgelegten Warteraum. Die Gesamtzeit wird gestoppt, sobald die letzte Person die Ziellinie überquert hat.

Start: Auf «Los» zwischen Malstäben durchlaufen

1. Langbank auf Sitzfläche überlaufen (am Ende zwei Malstäbe)
2. Malstäbe umlaufen
3. Bärentritt überqueren
  - Kasten 1: 44 cm (+/- 3 cm) → Grund- und Deckelement
  - Kasten 2: 88 cm (+/- 3 cm) → Grund- 2x Zwischen- und Deckelement
  - Kasten 3: 132 cm (+/- 3 cm) → Grund- 4x Zwischen- und Deckelement
  - 2 dünne Matten
4. Hochleitungsmatte (Höhe 40 cm) überlaufen
5. Hindernis unterlaufen (Malstäbe/Kraftschläuche)
  - Höhe: 85 cm (+/- 5 cm)
6. Kasten überspringen: Höhe 88cm (+/- 3cm) + 2 Matten
7. Hürde überspringen
  - Höhe: 60 cm (+/- 3 cm)

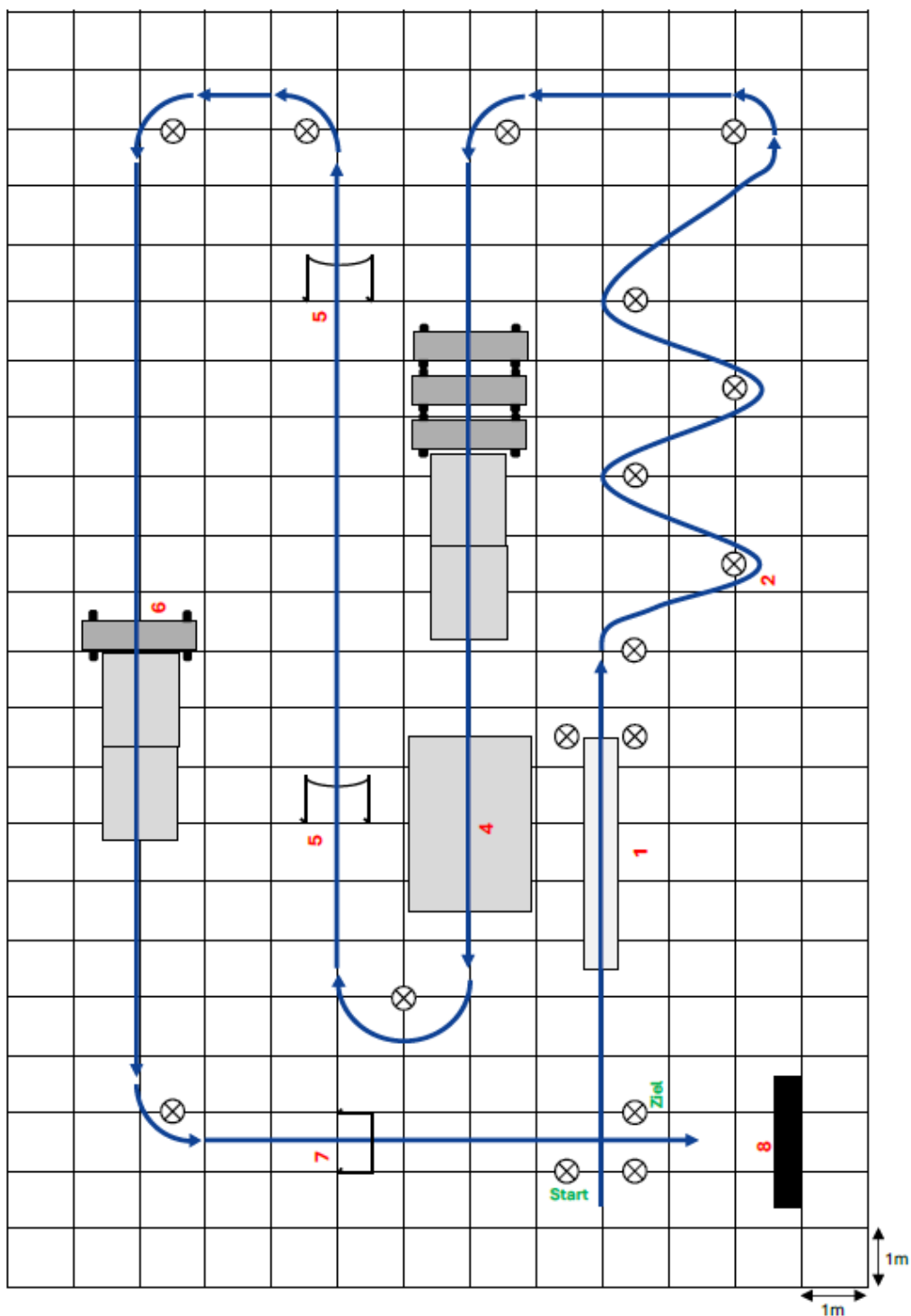
Ziel: Die nächste Person darf starten, sobald die vorgängige Person direkt vor ihm in der Startpassage durchgelaufen ist (siehe Skizze)

8. Auffangmatte

**Zeitzuschläge:** Folgende Zuschläge werden zur Gesamtzeit aufgerechnet:

- Pro Fehlstart 2 Sekunden
- Pro fehlerhafter Wechsel 2 Sekunden
- Pro Hindernisfehler 2 Sekunden
- Umwerfen pro Malstab 2 Sekunden
- Umgehen eines Hindernisses 4 Sekunden

**Auswertung:** Die Zeit jeder Teilsektion, inkl. Zuschläge, wird ermittelt. Die Totalzeit aller Teilsektionen einer Sektion wird für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5) in Punkte umgerechnet



### Materialliste

- 20 Malstäbe
- 4 grosse Schwedenkästen
- 2 dicke Matten
- 4 dünne Matten
- 2 Kraftschläuche
- 1 Hürde
- 1 Langbank
- 1 Brustband
- 1 Stoppuhr

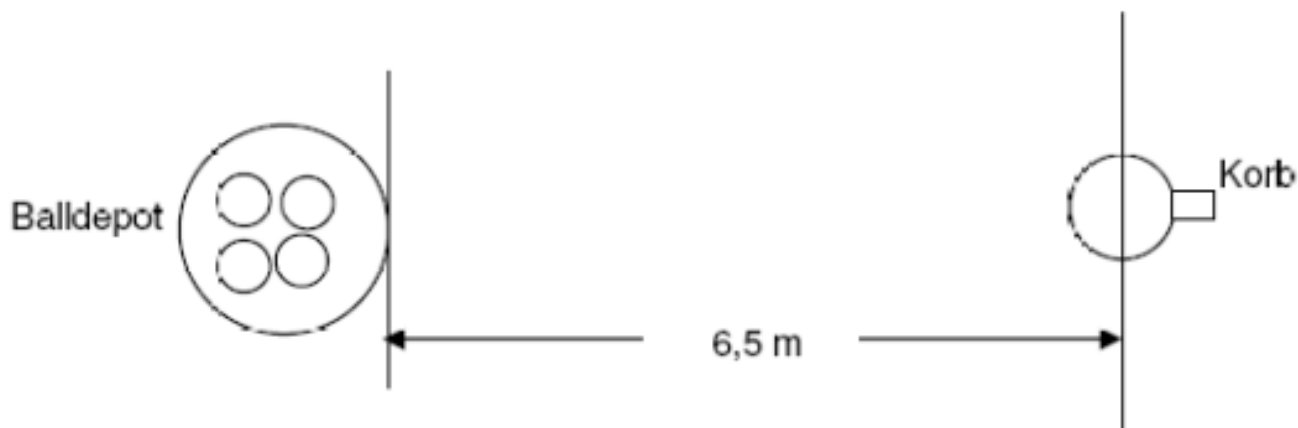
## 4.5. Pendelstafette

- Anlage:** Die Pendelstafette besteht aus einem 80m Pendellauf ohne Stabübergabe und wird auf der Tartanbahn oder auf Rasen ausgeführt. Start (= Ziel) sowie Wechsellinie bei 0 und 80 Metern sind durch Querlinien markiert. Es müssen mindestens 2 Bahnen aufgebaut werden.
- Organisation:** Die Sektion tritt mit einer geraden Anzahl Personen an. Sektionen mit mehr als 16 Teilnehmenden starten in zwei Teilsektionen.
- Der Disziplinenchef / die Disziplinenchefin weist die Anlagen zu.
  - Die Riegenleitenden stellen ihre Sektion/Teilsektionen im Warteraum in Einerkolonne mit Front gegen die Bahn auf. Während des Wettkampfes halten sich die Teilnehmenden in den Warteräumen der eigenen Anlage auf.
  - Der Schlussläufer / die Schlussläuferin trägt ein Brustband.
  - Bei Abbruch des Laufes infolge Verletzung wiederholt die Sektion/Teilsektion den Lauf mit einer Ersatzläuferin / einem Ersatzläufer oder eine Person läuft zweimal.
  - Der Sektion stehen max. 5 Minuten Zeit zum Einlaufen und Einrichten zur Verfügung.
- Startkommando:** «Auf die Plätze» - «Fertig» - «Los»
- Ausführung:** Alle Teilnehmenden laufen die Strecke einmal. Die Ablösung muss so erfolgen, dass sich die ankommende und die startende Person hinter der Wechsellinie kreuzen (es gilt Brustwechsel). Um die Ablösung zu erleichtern, dürfen Markierungen angebracht werden. Material für die Markierung wird durch den Veranstalter gestellt. Bei Fehlstart wird der Start nicht wiederholt.
- Zeitzuschläge:** Folgende Zuschläge werden zur Gesamtzeit aufgerechnet:
- Pro Fehlstart 2 Sekunden
  - Pro fehlerhaften Wechsel 2 Sekunden
- Auswertung:** Die Zeitmessung erfolgt elektronisch. Die Zeit jeder Teilsektion, inkl. Zuschläge, wird ermittelt. Die Totalzeit aller Teilsektionen wird für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5) in Punkte umgerechnet.

Materialliste
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elektronische Zeitmessung</li> <li>• 1 Brustband pro Bahn</li> <li>• 1 Startpistole / Startklappe</li> <li>• 2 Setzmarken / Malstäbe pro Bahn</li> </ul>

## 4.6. Korbeinwurf

- Anlage:** Der Korbeinwurf erfolgt auf einem flachen Hartplatz (auch Asphalt möglich). Der Korb ist freistehend ohne Rückwand, die Korbhöhe beträgt 3.00 m (+/- 5 cm). Das Balldepot befindet sich 6.5 m vor dem Korbzentrum, hat einen Durchmesser von ca. 80 cm und eine Höhe von ca. 5 cm (Reifen aufeinander geklebt). Im Balldepot befinden sich 4 Basketbälle der Gr. 7. Anlage gemäss Skizze.
- Organisation:** Die Sektion organisiert sich in Teilsektionen à 4 Teilnehmende. Bei Abbruch infolge eines Unfalls wiederholt die Teilsektion den Lauf mit einer anderen Person.
- Ausführung:** Alle Teilnehmenden laufen eine Minute lang. Danach erfolgt ein fliegender Wechsel, sodass die ganze Gruppe während insgesamt 4 Minuten läuft. Die anderen Teilnehmenden der Teilsektion geben die Bälle in das Balldepot zurück. Für den fliegenden Wechsel zählen die Kampfrichtenden laut ab 55 Sekunden. Sobald er 60 zählt, bricht die Person ab und die nächste startet nach 60 sofort. Ein bei 60 bereits geworfener Ball zählt ebenfalls als Treffer. Gezählt wird jeder direkte Treffer in den Korb.
- Startkommando:** «Auf die Plätze» - «Fertig» - «Los»
- Ablauf:** Der erste Ball wird aus dem Balldepot genommen. Anschliessend erfolgt der Lauf zum Korb und der Wurf. Nach dem Wurf wird sofort zurückgelaufen, der nächste Ball aus dem Balldepot genommen und wieder zum Korb gelaufen und geworfen usw.
- Zeitzuschläge:** Abzüge erfolgen:
- Pro Fehlstart 2 Treffer
  - Pro fehlerhaften Wechsel 2 Treffer
  - Pro Ball nicht aus Balldepot 2 Treffer
- Auswertung:** Für jede Teilsektion wird aus Treffertotal abzüglich der Fehler das Ergebnis ermittelt. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).



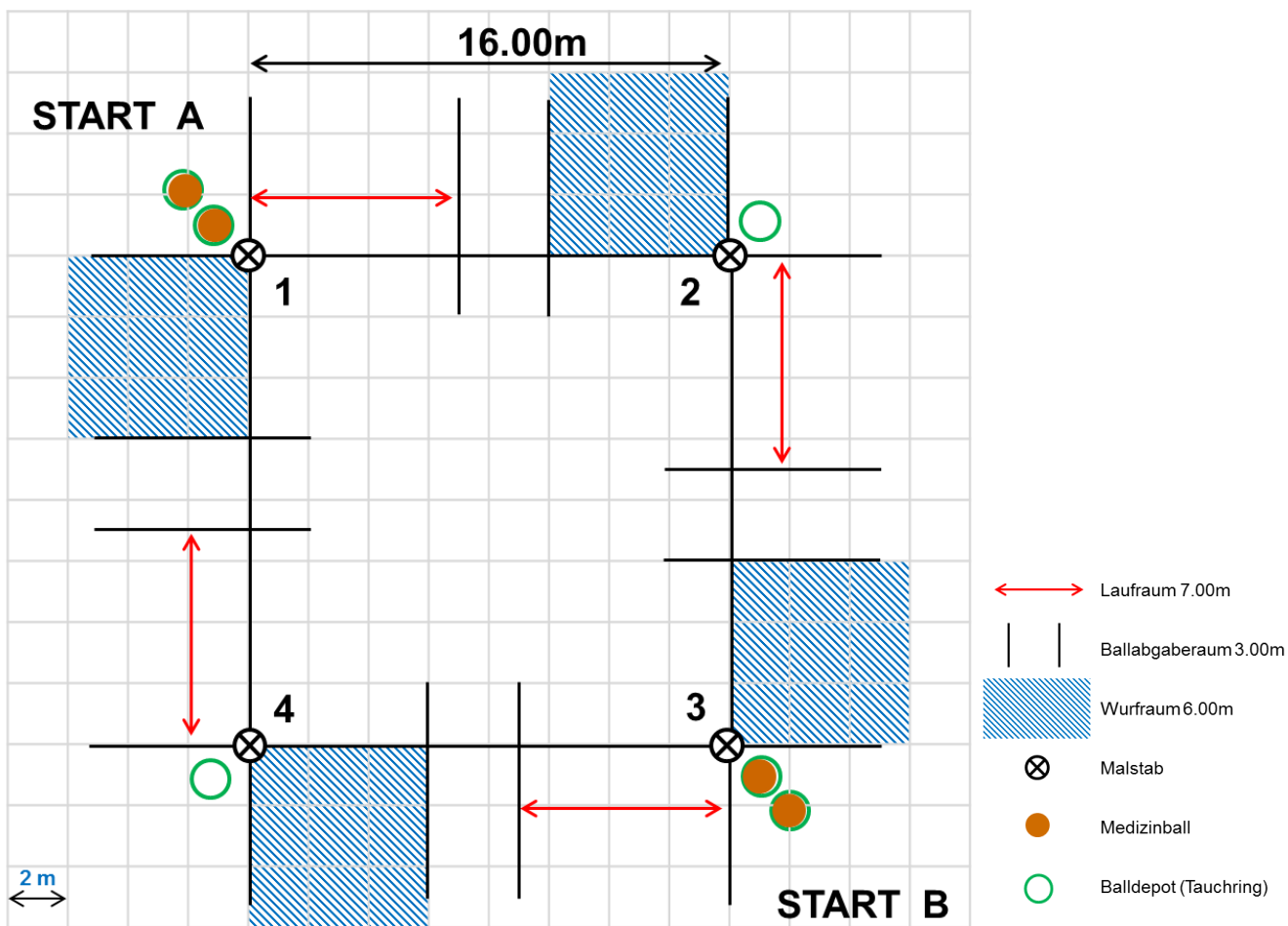
### Materialliste

Pro Anlage:

- 4 Basketbälle Gr. 7
- 1 Korbanlage
- 1 Stoppuhr
- 1 Balldepot aus 2-3 Reifen

## 4.7. Ballstafette

- Anlage:** Die Ballstafette wird auf Rasen oder einem Hart-, Teer- oder Asphaltplatz gelaufen. Es dürfen nur Medizinbälle (2 kg) mit einem Balldurchmesser von ca. 29 cm verwendet werden. Das Balldepot befindet sich links vom Malstab (in Laufrichtung).
- Organisation:** Ausserhalb der Anlage ist ein Sturzraum von je mindestens 2 Meter erforderlich. Die Sektion organisiert sich in Teilsektionen à 4 Teilnehmende. In jeder Ecke steht je eine Person pro Teilsektion. Soweit möglich, starten jeweils 2 Teilsektionen gleichzeitig auf derselben Anlage. Eine Teilsektion wird mit Brustbänder gekennzeichnet. Die startenden Personen sind diagonal über die Anlage aufgestellt. Es wird im Uhrzeigersinn gelaufen. Die startenden Personen haben zwei Medizinbälle. Bei Abbruch infolge Unfalls wiederholt die Teilsektion den Lauf mit einer anderen Person.
- Ablauf:** Der Start erfolgt hinter der Startlinie. Der erste Ball darf erst nach dem Startsignal berührt werden. Mit dem ersten Ball ist jedes Mal hinter der Grundlinie der Wartezone zu starten. Die erste Person (T1) läuft und wirft den Ball innerhalb des Abgaberaums zur zweiten Person (T2).
- Die Abgabe ist korrekt, wenn T1 vor der Abgabe mindestens mit dem ersten Fuss die erste Linie des Ballabgaberaums passiert hat und T2 den Ball, beide Füsse hinter der Linie der Wartezone, entgegennimmt (Stoppen mit dem Fuss erlaubt). Bei T1 muss der Fuss bei der Ballabgabe den Boden nicht berühren. T2 darf den Ball erst mit den Händen berühren, wenn dieser die Linie vollständig überquert hat.
  - Bleibt der Ball im Wurfraum liegen, muss T1 ihn in den Ballabgaberaum zurückbringen und nochmals werfen.
  - Wirft die werfende Person rechts am Malstab vorbei, muss diese den Ball holen und aus dem Ballabgaberaum wieder abspielen. Nimmt die nächste Person den Ball jedoch selbst, erfolgt ein Strafzuschlag. Es sind keine zusätzlichen Helfenden von aussen erlaubt.
- Sobald T1 den ersten Ball korrekt abgegeben hat, läuft T1 zurück und holt den zweiten Ball. Dazu muss die Grundlinie der Wartezone nicht überschritten werden. Wenn T2 beide Bälle hat, kann er/sie mit den übernommenen Bällen direkt zu T3 starten. Die Ballstafette ist nach 4 Durchgängen beendet. Der Schlusspfiff erfolgt erst, wenn beide Bälle beim 4ten Mal bei T4 am Boden liegen.
- Zeitzuschläge:** Folgende Zuschläge werden zum Resultat der Teilsektion aufgerechnet:
- Jeder Start mit dem ersten Ball vor der Grundlinie 4 Sekunden
  - Jede Ballabgabe vor der Linie 4 Sekunden
  - Jedes Betreten des Wurfraumes (ausser liegendegebliebener Ball) 4 Sekunden
  - Jede falsche Übernahme (z.B. bei Wurf rechts des Malstabs) 4 Sekunden
  - Umwerfen eines Malstabes 4 Sekunden
  - Ball berührt den Malstab in der Wartezone 2 Sekunden
- Auswertung:** Für jede Teilsektion wird aus der Laufzeit und Fehlerzuschlägen die Schlusszeit ermittelt. Gestoppt wird mit Stoppuhren. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).

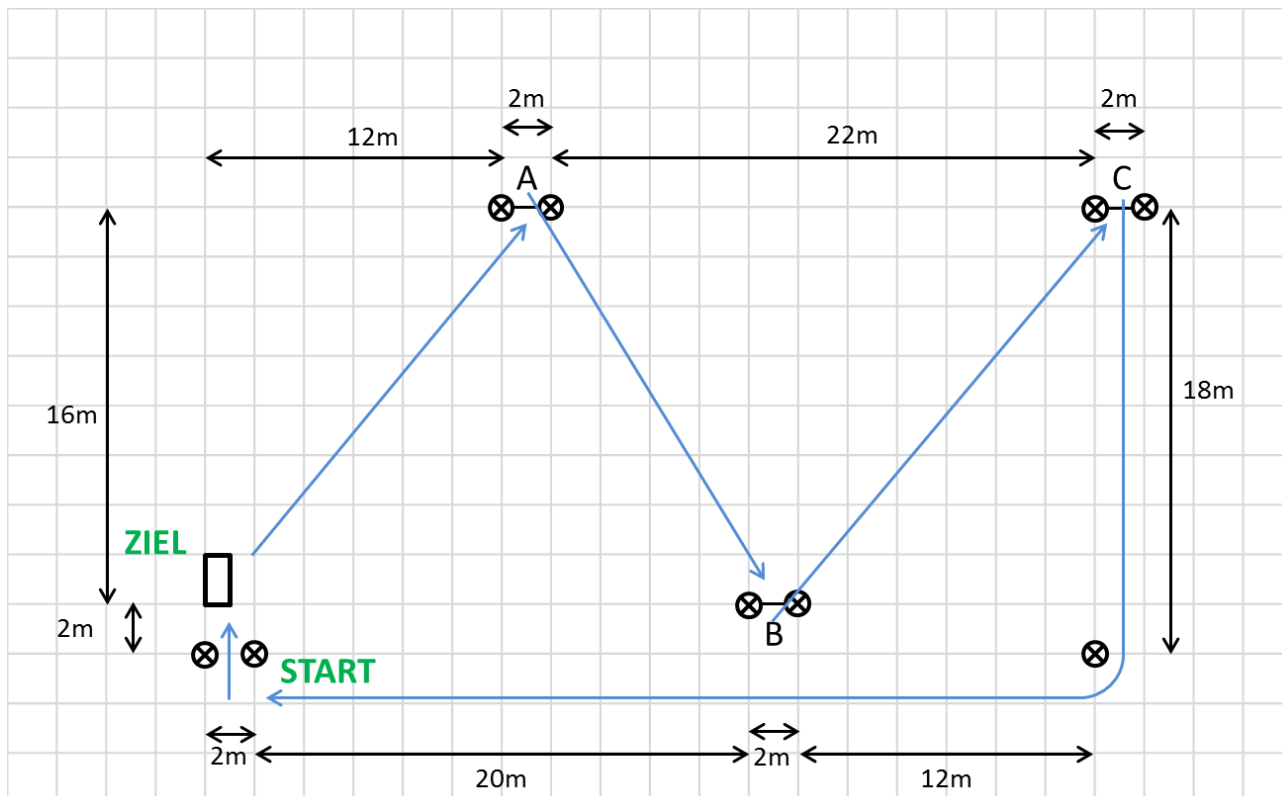


### Materialliste

- 4 Medizinbälle 2 kg
- 4 Malstäbe
- 4 Brustbänder
- Markierungen am Boden mit Klebeband / Kreide / Ähnlichem
- 6 Balldepot für Bälle (Reifen oder Tauchringe)
- 2 Stoppuhren

## 4.8. Kettenlauf

- Anlage: Der Kettenlauf wird auf dem Hartplatz oder auf Rasen gelaufen.
- Organisation: Zum Kettenlauf startet immer eine Teilsektion von 8 Teilnehmern.
- Aufstellung: 2 Teilnehmende am Start und je 2 Teilnehmende in den Übergabebereichen A, B und C.
  - Vor Beginn den Teilnehmenden in Übergabebereich A Brustbänder anziehen.
  - Alles Kleinmaterial wird aus dem Kasten genommen und nach einer Runde wieder im Kasten deponiert.
  - Bei Abbruch infolge eines Unfalls wiederholt die Teilsektion den Lauf mit einer anderen Person.
- Ablauf: Der Lauf erfolgt immer von einem Übergabebereich zum nächsten: Die beiden startenden Personen laufen zu den Personen im Übergabebereich A und bleiben dort stehen. Die beiden Personen aus Übergabebereich A laufen anschliessend zu den Personen in Übergabebereich B, von B geht es zu C und die beiden Personen von Übergabebereich C laufen um den Eckmalstab, durch die Startpassage bis zum Kasten. Nehmen daraus das neue Objekt und laufen wiederum zu Übergabebereich A. Insgesamt sind es 4 Durchgänge:
1. Durchgang 1: Start der startenden Personen hinter der Grundlinie, bis zum Kasten, Deckel abheben, wegstellen, gemeinsam nächsten Kastenteil nehmen und im Übergabebereich A übergeben. A → B, B → C. Personen aus Übergabebereich C laufen am Schluss bis zum Kasten und setzen Kastenteil auf Kasten. Es folgt direkt Durchgang 2.
  2. Durchgang 2: Transportiert werden 2 Gymnastik- und 3 Tennisbälle. Personen aus Übergabebereich C laufen am Schluss bis zum Kasten, legen Bälle in Kasten. Es folgt direkt Durchgang 3.
  3. Durchgang 3: Transportiert werden zwei Hanteln (je 2 kg). Personen aus Übergabebereich C laufen am Schluss bis zum Kasten, legen Hanteln in Kasten. Es folgt direkt Durchgang 4.
  4. Durchgang 4: Die beiden Personen (jene welche die Brustbänder tragen – Kontrolle!) laufen direkt bei Feld A, B und C vorbei, wo sie je eine Person pro Übergabebereich per Handfassung „abholen“ und so als Viererkette zum Kasten laufen (Zwecks Kontrolle „Kette hinten anhängen“). Beim Kasten angekommen, muss der Kastendeckel auf den Kasten gesetzt werden und dann steigen alle 8 Teilnehmenden auf den Kasten. Der Schlusspfeiff erfolgt, sobald sich alle Teilnehmenden auf dem Kasten befinden (alle Füsse ab Boden!).
- Ankommende Personen müssen den Übergabebereich nicht betreten.
- Zeitzuschläge: Für folgende Vergehen gibt es Zeitzuschläge:
- |   |            |
|---|------------|
| • Fehlstart                               | 2 Sekunden |
| • Kastenteil und/oder Deckel nicht genau  | 2 Sekunden |
| • Kette reisst vor Startpassage (pro Mal) | 2 Sekunden |
| • Malstab umwerfen                        | 2 Sekunden |
| • Kette falsch angehängt                  | 5 Sekunden |
| • Feld A, B oder C vorzeitig verlassen    | 5 Sekunden |
| • Eckmalstab auslassen                    | 5 Sekunden |
| • Startpassage auslassen                  | 5 Sekunden |
| • Material liegenlassen                   | 5 Sekunden |
- Auswertung: Gemessen wird die Gesamtzeit der Gruppe per Stoppuhr. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).



⊗ Malstab

□ Kasten

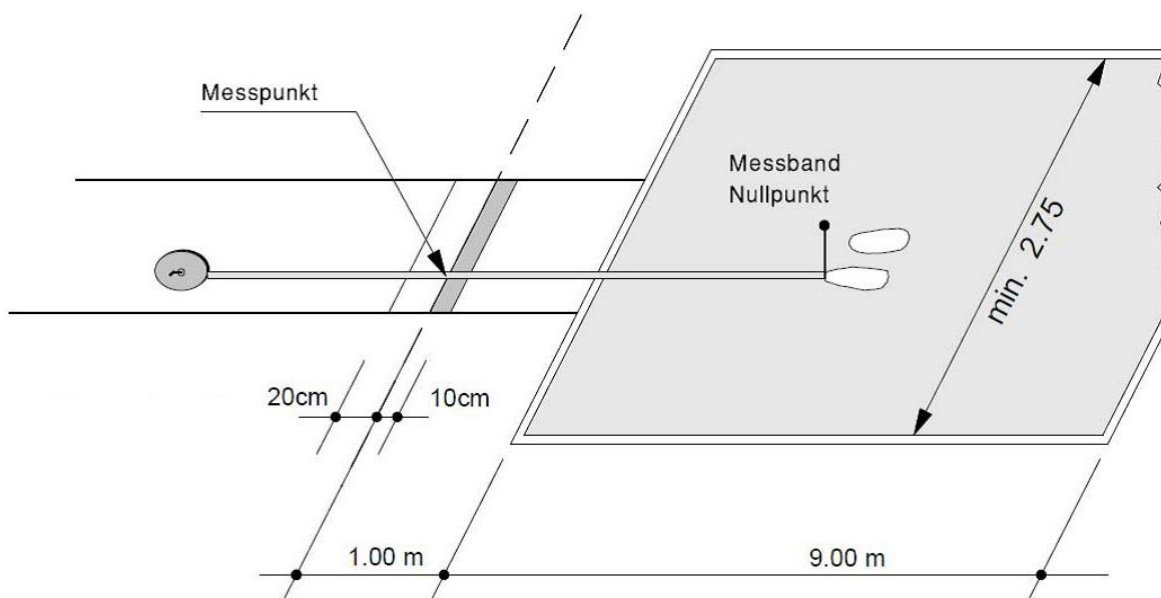
### Materialliste

pro Anlage:

- 1 Kasten (2 Teile und Deckel, kein Boden)
- 9 Malstäbe
- 4 Gymnastikbälle
- 6 Tennisbälle
- 4 Hanteln à 2 kg
- 1-2 Stoppuhren
- 2 Brustbänder

## 4.9. Weitsprung

- Bestimmungen:** Die Ausführungs- und Wettkampfbestimmungen entsprechen den aktuellen und gültigen Internationalen Wettkampfbestimmungen (IWR).
- Anlage:** Weitsprunganlage (siehe Skizze). Durch die vorhandene Infrastruktur kann es Abweichungen gegenüber den internationalen Vorgaben geben. Die Anlaufbahn muss mindestens 30 Meter sein, der Absprungbalken 20 cm mit Plastilinbrett (oder gezeichnet). Es wird bei der Sport Union Schweiz keine Windmessung benötigt.
- Organisation:** Alle Teilnehmenden haben vor dem Wettkampf für die Bestimmung der Anlaufmarke einen Probeversuch.
- Beschreibung:** Es gibt einen Balkenabsprung. Alle Teilnehmenden haben drei Versuche.
- Fehler:** Folgendes gilt als Fehlversuch:
- Person läuft durch (ohne zu springen)
  - Person übertritt (Eindruck im Plastilin oder optische Feststellung der KR)
  - Person springt seitlich neben dem Balken ab
  - Person berührt bei der Landung zuerst den Boden ausserhalb der Sprunggrube
  - Person geht nach dem Sprung in die Sprunggrube zurück
  - Person führt irgendwelche Saltosprünge aus.
- Ein Absprung vor dem Balken gilt nicht als Fehlversuch.
- Auswertung:** Der nächstliegende Eindruck im Sand (zum Balken) wird rechtwinklig zur Vorderkante des Sprungbalkens gemessen und in ganzen Zentimetern angegeben (abrunden). Die Leistung des Sprunges muss an der Absprunglinie abgelesen werden. Der beste Versuch wird in die Wertung übernommen. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).



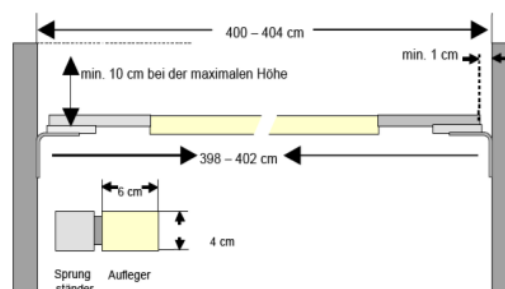
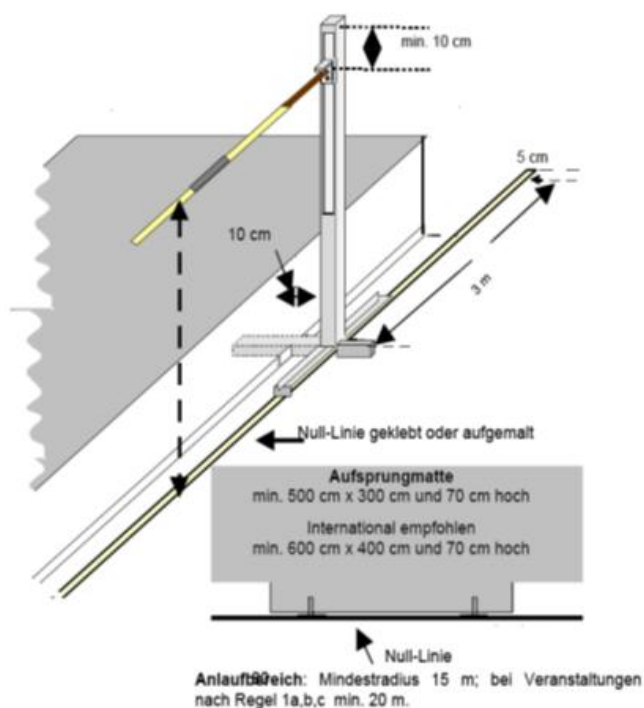
### Materialliste

pro Anlage:

- 1 Messband à 10 m
- 1 Stecknagel
- 1 Rechen
- 1 Besen
- 1 Schaufel

## 4.10. Hochsprung

- Bestimmungen:** Die Ausführungs- und Wettkampfbestimmungen entsprechen den aktuellen und gültigen Internationalen Wettkampfbestimmungen (IWR).
- Anlage:** Für den Hochsprung braucht es eine Matte und zwei Sprungständer plus eine Latte; zwischen den Ständern ist eine geklebte/gezeichnete Nulllinie. Als Sprungmatte muss eine Hochleistungsmatte (40 cm dick) verwendet werden, welche auf einer Unterlage aufliegt und insgesamt zwischen 70 – 90 cm hoch ist. Zwischen Sprungständer und Sprungmatte muss ein Abstand von 10 cm sein. Die rechteckige Anlaufstrecke muss mindestens 15 m betragen und ist mindestens 16 m breit.
- Organisation:** Alle Teilnehmenden haben vor dem Wettkampf für die Bestimmung der Anlaufmarke einen Probeversuch. Alle Teilnehmenden dürfen maximal 2 Markierungen anbringen (vom Veranstalter zur Verfügung gestellt), welche beim Anlauf und Absprung behilflich sind. Die Anfangshöhe muss vor Wettkampfbeginn bekanntgegeben werden.
- Beschreibung:** Alle Teilnehmenden haben sechs Versuche. Es muss mit einem Fuss abgesprungen werden. Jede Person darf auf jeder beliebigen Höhe beginnen und nach seinem Ermessen steigern. Die Latte kann nie tiefer gesetzt werden. Nach drei aufeinanderfolgenden Fehlversuchen, egal auf welcher Höhe, scheidet die Person aus. Die Steigerungshöhen sind nur alle 5 cm möglich (1.40 m, 1.45 m, 1.50 m, usw.), es dürfen keine Zwischenhöhen aufgelegt werden und bei Höhenveränderungen ist die neue Höhe nachzumessen.
- Fehler:** Folgendes gilt als Fehlversuch:
- die Latte von den Auflageplatten abwirft.
  - die Nulllinie (ohne zu springen) mit irgendeinem Körperteil überquert.
- Auswertung:** Die höchst übersprungene Höhe wird in die Wertung übernommen. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).



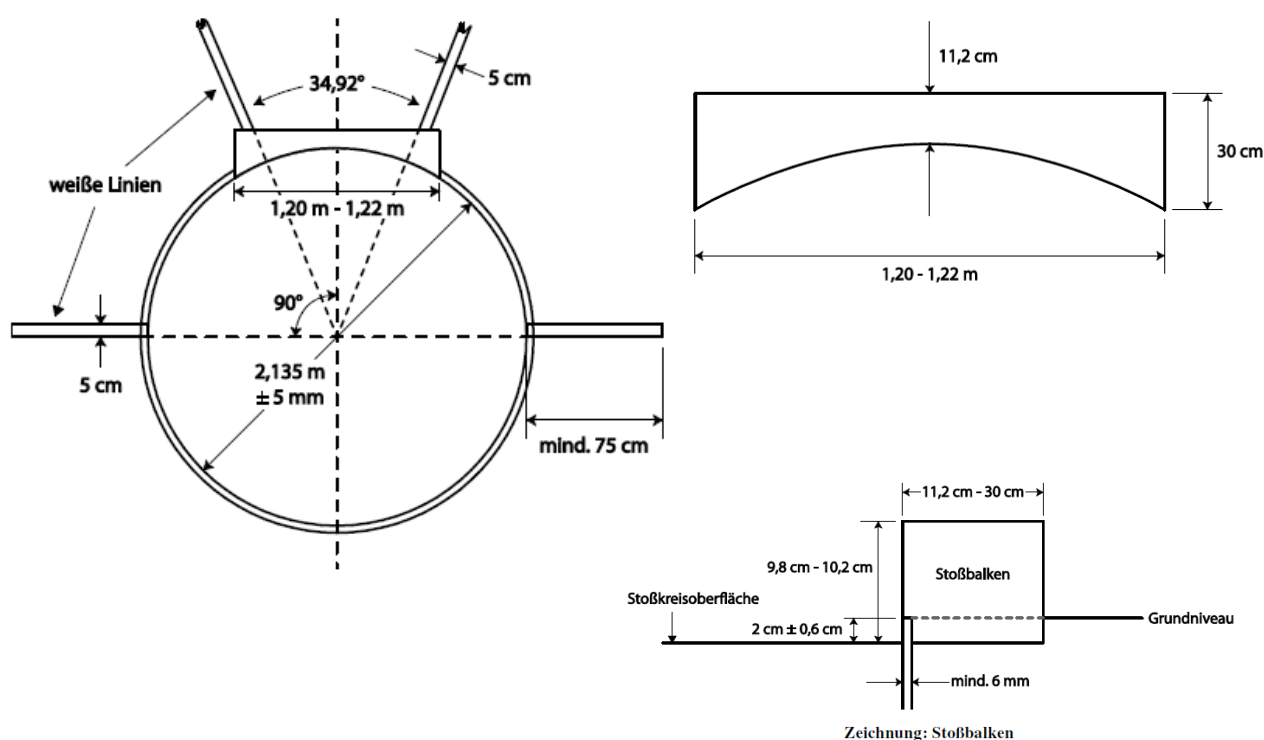
### Materialliste

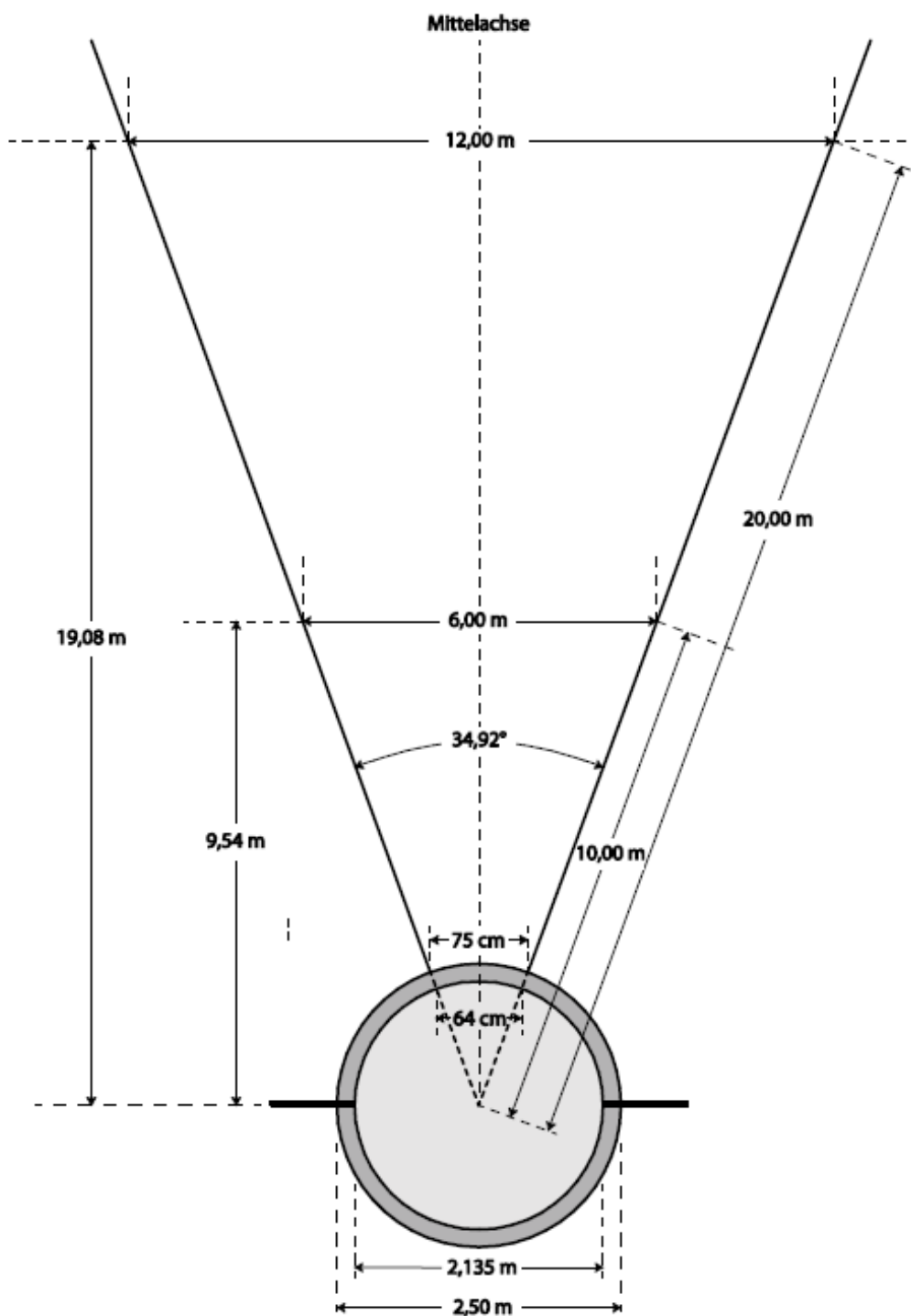
pro Anlage:

- 2 Hochsprungständer
- 2 Hochsprunglatten (seitliche Lattenaufleger sind halbrund / zweite Latte als Reserve)
- 1 Hochleistungsmatte
- 1 Messlatte (evtl. Doppelmeter)
- Markierungsmittel für Anlaufmarker (vom Veranstalter)

## 4.11. Kugelstossen

- Bestimmungen:** Die Ausführungs- und Wettkampfbestimmungen entsprechen den aktuellen und gültigen Internationalen Wettkampfbestimmungen (IWR). Damen stossen mit 3kg Kugeln, Herren mit 5kg Kugeln.
- Anlage:** Durch die vorhandene Infrastruktur kann es Abweichungen gegenüber internationalen Vorgaben geben. Anlage gemäss Skizze, der Wurfsektor beträgt  $34.92^\circ$ , der Wurfkreisdurchmesser beträgt 2.135m und der Stossbalken muss fixiert vorhanden sein. Es wird bei der Sport Union Schweiz keine Windmessung benötigt.
- Organisation:** Alle Teilnehmenden haben vor dem Wettkampf einen Probeversuch. Wenn immer möglich soll darauf verzichtet werden, dass die Teilnehmenden alle 3 Versuche nacheinander ausführen. Ansonsten stehen den Teilnehmenden für den zweiten und dritten Versuch jeweils 2 Minuten zur Verfügung (erster Versuch: 1 Minute). Nach dem Versuch muss die Kugel von der stossenden Person geholt werden.
- Anzahl Versuche:** Alle Teilnehmenden haben 3 Versuche
- Fehler:** Folgendes gilt als Fehlversuch:
- Der Kreis wird vor der seitlichen Mittemarkierung (also in der vorderen Kreishälfte) verlassen
  - Der Kreis wird verlassen, bevor die Kugel am Boden ist
  - Der Fuss berührt den Radius des Stossbalkens oben oder seitlich. Es darf nur die Innenseite des Stossbalkens berührt werden.
  - Der umlaufende Rand des Rings wird oben berührt
  - Die Kugel kommt auf oder ausserhalb der Sektorlinie zu liegen.
- Auswertung:** Es werden alle drei Stösse gemessen. Gemessen wird vom kürzestgelegenen Aufprall der Kugel bis zur Innenkante des Wurfsektors (Nullpunkt beim Wurfkörper). Das Messband muss dabei durch den Ringmittelpunkt gespannt werden und das Ergebnis auf der Innenseite des Stossbalkens abgelesen werden. Die Weite ist in ganzen Zentimetern (abgerundet) anzugeben. Der weiteste Versuch wird in die Wertung übernommen. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).





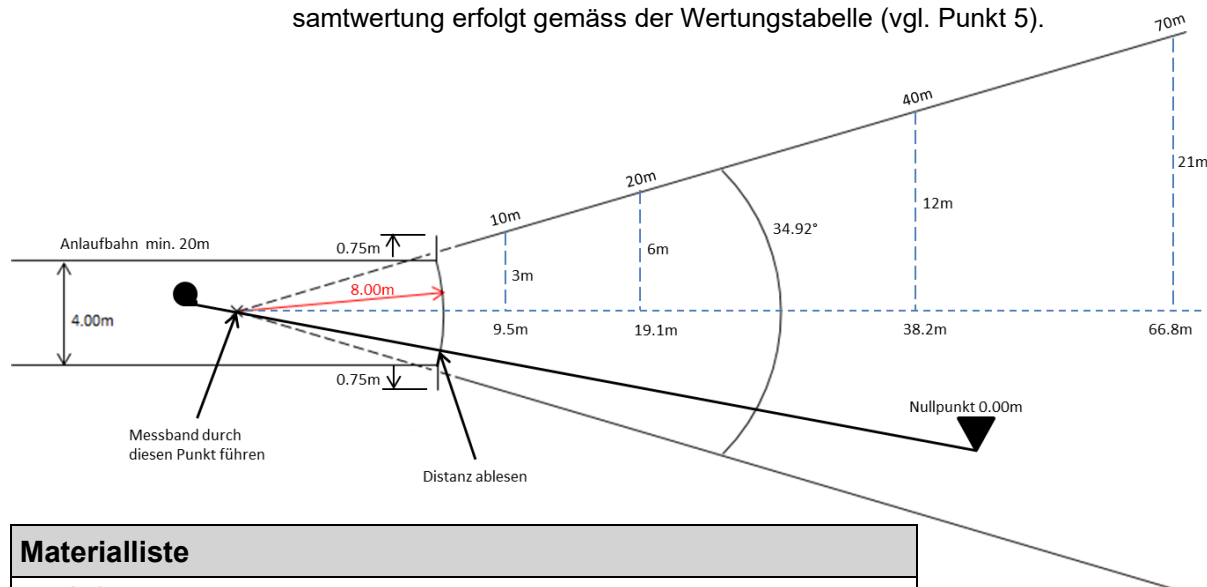
### Materialliste

pro Anlage:

- 3x 5 kg Kugeln
- 3x 3 kg Kugeln
- 1x Messband à 20 m
- 1x Stossbalken
- 1x Rechen
- 1x Besen
- 3x Stecknägel
- Reinigungsmöglichkeit für Kugel

## 4.12. Weitwurf

- Bestimmungen:** Die Ausführungs- und Wettkampfbestimmungen entsprechen den aktuellen und gültigen Internationalen Wettkampfbestimmungen (IWR). Damen werfen mit 200g Bällen, Herren mit 500g Wurfkörpern.
- Anlage:** Anlage gemäss Skizze. Der Wurfsektor beträgt  $34.92^\circ$ , mit Abwurfbalken oder gemalte Linie. Es darf ein gerader Balken verwendet werden. Die Anlaufbahn beträgt mindestens 20 m. Es kann die gleiche Anlage wie beim Schleuderball verwendet werden.
- Organisation:** Alle Teilnehmenden haben vor dem Wettkampf einen Probeversuch. Markierungen dürfen ausserhalb der Anlaufbahn angebracht werden. Die Anlaufbahn darf nach Wettkampfbeginn nur noch zu Wettkampfversuchen betreten werden. Die Hände dürfen eingerieben werden, um einen besseren Griff zu haben. Nach den Versuchen müssen die Geräte von den Teilnehmenden geholt werden.
- Ausführung:** Alle Teilnehmenden haben drei Versuche. Beim Werfen darf die Innenfläche des Wurf balkens berührt werden. Ist ein Versuch einmal begonnen, so muss er auch ausgeführt werden. Das Gerät muss innerhalb des Sektors zu Boden kommen.
- Fehler:** Folgendes gilt als Fehlversuch:
- Das Gerät wird während des Versuches fallen gelassen
  - Die Anlaufbahn wird verlassen, bevor das Gerät auf dem Boden aufschlägt.
  - Der Boden hinter dem Wurf balken/der Abwurf linie wird mit irgendeinem Körperteil berührt.
  - Die obere Fläche des Wurf balkens/der Abwurf linie wird berührt.
  - das Gerät kommt auf oder ausserhalb der Sektorlinie zu liegen.
  - Wurf aus einer Drehbewegung heraus
- Auswertung:** Es werden alle drei Würfe gemessen. Gemessen wird vom kürzestgelegenen Aufprall des Geräts (Nullpunkt) bis zur Innenkante des Wurf balkens/der Abwurf linie. Die Weite ist in ganzen Zentimetern (abgerundet) anzugeben. Der weiteste Versuch wird in die Wertung übernommen. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).



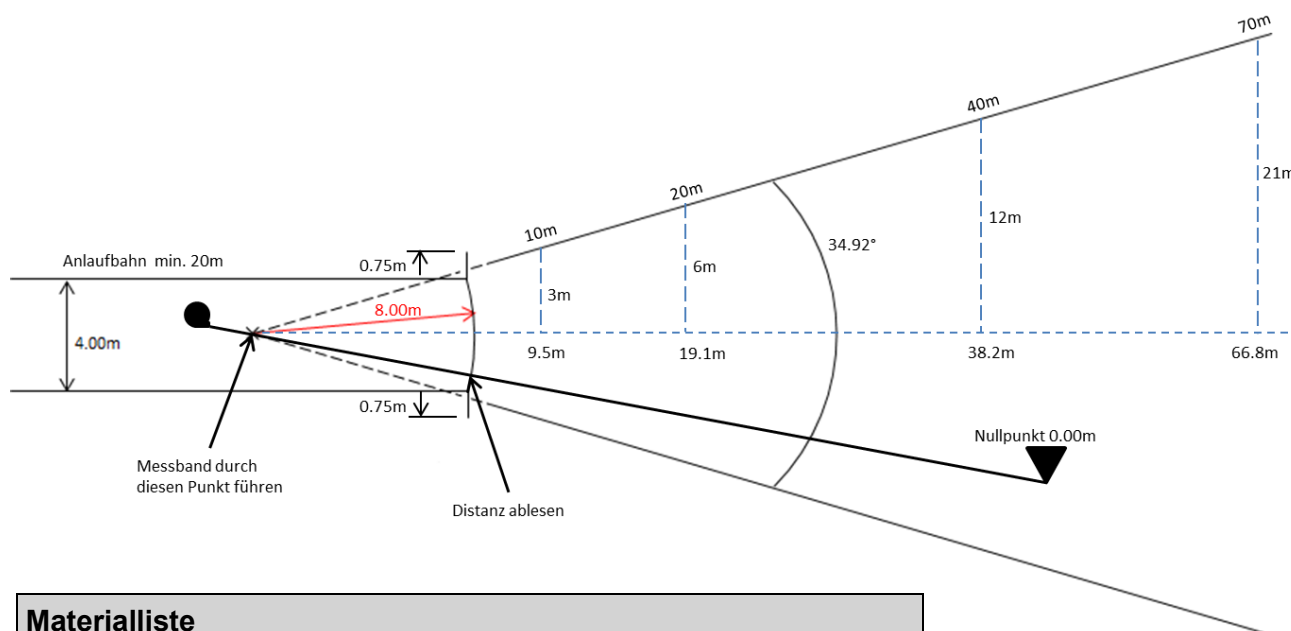
### Materialliste

pro Anlage

- 1 Messband à 100 m
- 6 Wurfkörper aus Aluminium à 500 gr
- 6 Bälle à 200 gr
- 3 Stecknägeln

### 4.13. Schleuderball

- Anlage:** Anlage gemäss Skizze. Der Wurfsektor ist  $34.92^\circ$ , die Anlaufbahn ist ca. 15 m. Es darf ein gerader Balken verwendet werden. Es kann die gleiche Anlage wie beim Weitwurf verwendet werden. Damen werfen mit 1kg Schleuderbällen, Herren mit 1.5kg Schleuderbällen.
- Organisation:** Alle Teilnehmenden haben vor dem Wettkampf einen Probeversuch. Markierungen dürfen ausserhalb der Anlaufbahn angebracht werden. Die Anlaufbahn darf nach Wettkampfbeginn nur noch zu Wettkampfvorsuchen betreten werden. Die Hände dürfen eingerieben werden, um einen besseren Griff zu haben. Nach den Versuchen müssen die Geräte von den Teilnehmenden geholt werden.
- Ausführung:** Alle Teilnehmenden haben drei Versuche. Der Schleuderball muss innerhalb des Sektors ( $34.92^\circ$ ) zu Boden kommen. Beim Werfen darf die Innenfläche des Wurfbalkens berührt werden. Der Schleuderball darf mit Anlauf oder aus dem Stand geworfen werden. Ist ein Versuch einmal begonnen, so muss er auch ausgeführt werden.
- Fehler:** Folgendes gilt als Fehlversuch:
- Der Schleuderball wird während des Versuches fallen gelassen
  - Die Anlaufbahn wird verlassen, bevor der Schleuderball auf dem Boden aufschlägt.
  - Der Boden hinter dem Wurfbalken wird mit irgendeinem Körperteil berührt.
  - Die obere Fläche des Wurfbalkens wird berührt.
  - Der Schleuderball kommt auf oder ausserhalb der Sektorlinie zu liegen.
- Auswertung:** Es werden alle 3 Würfe gemessen. Gemessen wird vom kürzestgelegenen Aufprall des Geräts (Nullpunkt) bis zur Innenkante des Wurfbalkens. Die Weite ist in ganzen Zentimetern (abgerundet) anzugeben und wird am Wurfbalken abgelesen. Der beste Versuch wird in die Wertung übernommen. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).



#### Materialliste

pro Anlage

- 6 Schleuderbälle à 1.5 kg
- 6 Schleuderbälle à 1 kg
- 1 Messband à 100 m
- 3 Stecknägel

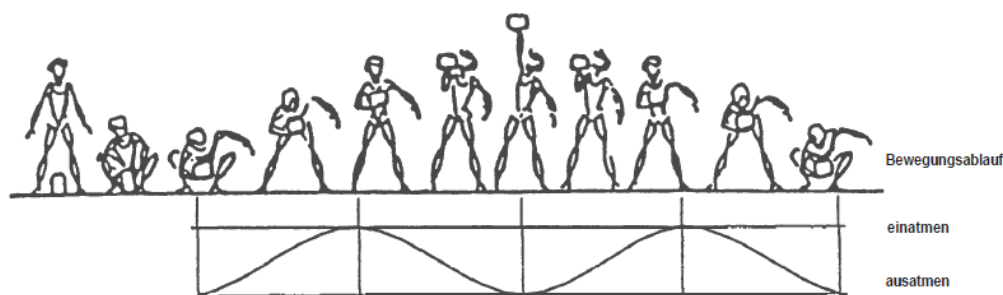
#### 4.14. Sektionslauf (1000 m Lauf)

- Anlage: Auf Tartan, Rasen. Rundbahn (Alternativen in Absprache möglich).
- Organisation: Allen Teilnehmenden steht nur je ein Start zu. Auf allen Rundbahnen muss im Gegenuhrzeigersinn gelaufen werden. Die Bekanntgabe der Zwischenzeiten an die Teilnehmenden darf nur von einem/einer dafür bestimmten KR erfolgen.
- Beschreibung: "Auf die Plätze" – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut "Los" oder Ähnliches sein. Nach dem Kommando «Auf die Plätze» müssen die Teilnehmenden ruhig sein, damit der Schuss erfolgt. Als Zieldurchlauf gilt das Erreichen der senkrechten Ebene über der Ziellinie mit dem Rumpf.
- Fehler: Alle Teilnehmenden, welche einen Fehlstart verursachen, werden verwarnet. Beim zweiten Fehlstart werden dem betroffenen Teilnehmenden 4 Sekunden auf die Gesamtzeit dazu addiert. Der Lauf wird aber nicht abgebrochen. Dieselben Zeiten werden dazu addiert, wenn die Teilnehmenden andere Personen absichtlich rempeln oder anderweitig stark behindern.
- Distanz: 1'000 Meter. Die Strecke kann verkürzt werden in folgenden Fällen:
- Pro 180° Kurve: um max. 20 m
  - Pro 90° Kurve: um max. 5 m
  - Pro Höhenmeter: um max. 10 m
- Auswertung: Gemessen werden die Zeiten aller Teilnehmenden einer Sektion. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).

Materialliste
<ul style="list-style-type: none"><li>• Stoppuhr(en) (oder Zeitmessanlage)</li><li>• 1 Startpistole oder Startklappe</li></ul>

## 4.15. Steinheben

- Bestimmungen:** Die Ausführungsbestimmungen entsprechen der gültigen Wettkampfordnung des Nationalturnverbandes (ENV).
- Anlage:** Bei Regen soll die Disziplin unter einem Unterstand ausgeführt werden können.
- Steingewichte:**
- Turner:
- Leichter Stein: 18 kg (max. 9 Punkte!)
  - Schwerer Stein: 22.5 kg
- Turnerinnen:
- Leichter Stein: 10 kg (max. 9 Punkte!)
  - Schwerer Stein: 12.5 kg
- Organisation:** Es dürfen nur die auf dem Platz vorhandenen Steine verwendet werden. Handgelenkstützbänder sind nicht erlaubt. Jeder Verein kann selbst bestimmen, wie viele Personen mit dem schweren Stein und wie viele mit dem leichten Stein antreten.
- Beschreibung:** Die Teilnehmenden müssen Hebungen mit dem rechten und dem linken Arm vornehmen. Eine Skizze zum Bewegungsablauf ist nachfolgend zu finden. Allen Teilnehmenden steht pro Arm ein Versuch zu. Beim Fallenlassen des Steines, auch bei der ersten Hebung, gilt der Versuch als beendet. Zwischen dem Heben links und dem Heben rechts findet ein Unterbruch statt. Die begonnene Hebung (letzte Hebung) muss nicht zu Ende geführt werden. Falls die hebende Person einen Standwechsel macht bevor der Stein am Boden liegt (ausgenommen sind gesundheitliche Folgen) oder der Stein mit der anderen Hand oder einem anderen Körperteil vor dem zu Boden Fallen bewahrt, wird dieses Vergehen bewertet analog technischer und mangelhafter Ausführung. Die Hebung wird nicht gezählt. Kontrolliertes Beenden des Hebens in der Ausgangsstellung nach dem Zählen der KR mit Hilfe der anderen Hand ist erlaubt (analog Einzelturmen).



- Fehler:** Abzüge für mangelhafte Ausführungen und Fehlhebungen werden innerhalb des gleichen Steingewichtes direkt der Endnote abgezogen. Sie können nicht durch Mehrhebungen kompensiert werden.

**Direkte Abzüge (ohne Ermahnung):**

- unruhiger Stand (Fuss verstellen)
- touchieren mit dem Stein am Körper

Pro Vergehen

0.1 Punkte  
0.1 Punkte

**Abzüge nach einmaliger Ermahnung:**

- Unregelmässiges, unterbrochenes Heben
- Zu geringes Tiefführen des Steines (15 – 20 cm über Boden)
- Zu schnelles Heben
- Reissen bzw. Stossen beim oder nach dem Umsetzen
- Einstellen des Ellbogens der Hebelhand an einem Körperteil
- Arm in Hochhaltung nicht durchgestreckt
- Aufstützen der freien Hand am Körper

Pro Vergehen

0.1 Punkte  
0.1 Punkte  
0.1 Punkte  
0.1 Punkte  
0.1 Punkte  
0.1 Punkte  
0.1 Punkte

Ungültige Versuche: Bei ungültigen Versuchen dürfen keine zusätzlichen Abzüge gemacht werden

Wird der Stein mit der anderen Hand oder einem anderen Körperteil vor dem zu Boden Fallen bewahrt, werden 0.2 Punkte in Abzug gebracht. Dies kann nicht mit Mehrhebungen kompensiert werden. Das Weiterführen der Hebungen ist möglich.

Auswertung:

Die KR zählen die Hebungen hörbar für die hebende Person. Gezählt wird erst, wenn die Person den Stein nach der Tiefstellung wieder anhebt. Bei nicht zu Ende geführten Hebungen werden diese als ausgeführte, jedoch ungültige Hebungen gewertet. Bei ungültigen Versuchen dürfen keine zusätzlichen Abzüge gemacht werden. Ab 15 Hebungen werden für den stärkeren Arm im Maximum 3/5 des Totals aller Hebungen angerechnet. Dies ergibt die folgenden Verhältniszahlen:

- A entspricht gültigen Hebungen mit dem schwächeren Arm
- B entspricht den maximal anrechenbaren Hebungen mit dem stärkeren Arm

<b>A</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
<b>B</b>	14	13	12	11	10	9	9	10	12	14	15	17	18	20	21	23	24	26	27	29	30

Die Note 10 kann nur mit dem schweren Stein erreicht werden. Wettkämpfer mit dem leichten Stein können höchstens die Note 9.0 erreichen (vgl. «Steingewichte»).

Die Leistungsnote wird aus dem Durchschnitt aller gültigen Hebungen ermittelt, wobei die Maximalnote 10 nicht überschritten werden kann. Für die Berechnung werden die Hebungen jedes einzelnen Steingewichtes zusammengezählt und der Durchschnitt, der mit dem gleichen Stein hebenden Gruppen, errechnet. Das Resultat wird gemäss nachstehender Auflistung ermittelt.

Schwerer Stein	Note	Anzahl Hebungen
	10	35 Hebungen (1/10 Punkte = 0.5 Hebungen)
	9	30 Hebungen
	8	25 Hebungen
	7	20 Hebungen
	6	15 Hebungen
5	10 Hebungen	

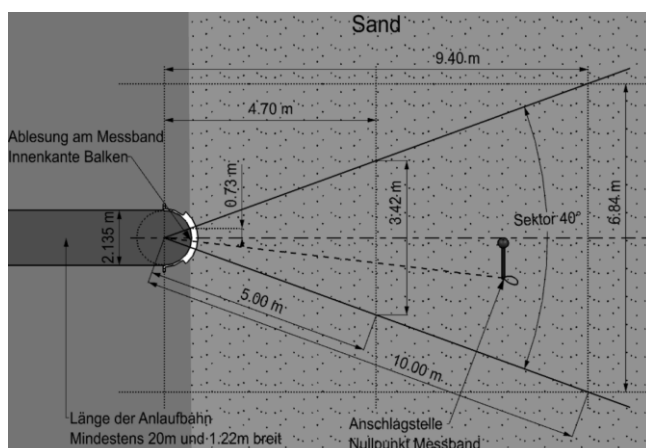
Leichter Stein	Note	Anzahl Hebungen
	9	35 Hebungen (1/10 Punkte = 0.5 Hebungen)
	8	30 Hebungen
	7	25 Hebungen
	6	20 Hebungen
5	15 Hebungen	

Die Schlussnote wird ermittelt durch Addieren sämtlicher Hebungen des Steingewichtes und dann geteilt durch Anzahl Steinheber. Mehrhebungen (mehr als 35 Hebungen) werden nur innerhalb des gleichen Steingewichtes für den Notendurchschnitt einberechnet.

<b>Materialliste</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Steine à 22.5 kg</li> <li>• 2 Steine à 18.0 kg</li> <li>• 2 Steine à 12.5 kg</li> <li>• 2 Steine à 10.0 kg</li> </ul>

## 4.16. Steinstossen

- Bestimmungen:** Die Ausführungsbestimmungen entsprechen der gültigen Wettkampfordnung des eidgenössischen Nationalturnverbandes (ENV).
- Anlage:** Der Stein ist achteckig und hat eine Quaderform. Die Anlaufbahn ist mindestens 20 m lang und 1.22 m breit, der Abstosraum besteht aus einem Halbkreis von 2.13 m Durchmesser. Bei Regen sollen Anlauf und Abwurf unter einem Unterstand ausgeführt werden können. Der Sektor beträgt 40°.
- Steingewichte:** Turner: 12.5 kg  
Turnerinnen: 6 kg
- Organisation:** Allen Teilnehmenden steht ein Probeversuch zu. Wenn immer möglich soll darauf verzichtet werden, dass die Teilnehmenden alle 3 Versuche nacheinander ausführen müssen. Ansonsten steht den Teilnehmenden für den zweiten und dritten Versuch jeweils 2 Minuten zur Verfügung (erster Versuch: 1 Minute).
- Beschreibung:** Es stehen drei Versuche zur Verfügung. Der Stein darf nur in einer Hand getragen und gestossen werden. Der Stoss kann aus dem Stand oder mit Anlauf erfolgen. Es ist erlaubt, den schon begonnenen Versuch abzubrechen, wieder in die Ausgangsstellung zurückzukehren und den Versuch erneut zu beginnen, vorausgesetzt, es kommen keine Regelverstösse vor.
- Fehler:** Folgendes gilt als Fehlversuch:
- Nach Beginn des Versuches wird mit irgendeinem Teil des Körpers die Oberkante oder Oberfläche des Stossbalkens oder den Boden ausserhalb des Kreissegmentes berührt.
  - Der Stein wird während des Versuches fallen gelassen.
  - Der Abstosraum wird vor der beidseitig verlängerten Mittellinie des Halbkreises verlassen.
  - Der Abstosraum wird verlassen, bevor der Stein den Boden berührt.
  - Der Stein landet ausserhalb oder auf der Sektorlinie.
  - Der Stein wird während des Anlaufes oder beim Abstoss beidhändig gehalten.
- Auswertung:** Jeder Stoss wird unmittelbar nach dem Versuch gemessen. Die Stossweite wird vom hinteren Rand der Aufschlagstelle des Steines auf dem Boden, die der Innenkante des Stossbalkens am nächsten liegt, gemessen. Das Messband wird auf dem Abstossbalken so angelegt, dass es in der Verlängerung zum Kreismittelpunkt des Abstosstraumes führt. Die Stossweite ist bei der Innenkante des Abstossbalkens abzulesen. Die Weite ist in ganzen Zentimetern (abgerundet) anzugeben. Der beste Versuch wird in die Wertung übernommen. Die Punktevergabe für die Sektionswettkampf-Gesamtwertung erfolgt gemäss der Wertungstabelle (vgl. Punkt 5).



### Materialliste

- 1 Messband à 20 m
- 3 Steine à 12.5 kg
- 3 Steine à 6 kg
- 3 Stecknägel
- Lappen zur Reinigung des Steines

## 5. Wertungstabelle

Die Damen-/Herrennote setzt sich aus der Durchschnittsleistung des entsprechenden Geschlechts zusammen, welche in eine Punktzahl umgerechnet wird. Einzelleistungen über 10 Punkte ziehen somit die Durchschnittsleistung und damit verbunden die Endnote hoch.

Disziplin		Damen			Herren			Berechnungsformel
		10 Pte	5 Pte	0.1 Pte	10 Pte	5 Pte	0.1 Pte	D = Anzahl Damen, H = Anzahl Herren d = Durchschnittsleistung
Hindernislauf		24.50 s	33.50 s	0.18 s	21.50 s	29.00 s	0.15 s	$\frac{((42.5xD+36.5xH):(D+H))-d}{((1.8xD+1.5xH):(D+H))}$
Pendelstafette	Rasen	10.9 s	14.9 s	0.08 s	9.5 s	12.0 s	0.05 s	$\frac{((18.9xD+14.5xH):(D+H))-d}{((0.8xD+0.5xH):(D+H))}$
	Kunststoff	10.6 s	14.6 s	0.08 s	9.2 s	11.7 s	0.05 s	$\frac{((18.6xD+14.2xH):(D+H))-d}{((0.8xD+0.5xH):(D+H))}$
Korbeinwurf		11 Tr	3.5 Tr	0.15 Tr	13 Tr	5.5 Tr	0.15 Tr	$\frac{((4xD+2xH):(D+H))+d}{((1.5xD+1.5xH):(D+H))}$
Ballstafette	Rasen	34.0 s	49.0 s	0.3 s	30.0 s	45.0 s	0.3 s	$\frac{((64xD+60xH):(D+H))-d}{((3xD+3xH):(D+H))}$
	Hartplatz	32.0 s	47.0 s	0.3 s	28.0 s	43.0 s	0.3 s	$\frac{((62xD+58xH):(D+H))-d}{((3xD+3xH):(D+H))}$
Kettenlauf	Rasen	12.5 s	22.5 s	0.2 s	11.0 s	21.0 s	0.2 s	$\frac{((32.5xD+31xH):(D+H))-d}{((2xD+2xH):(D+H))}$
	Hartplatz	11.5 s	21.5 s	0.2 s	10.0 s	20.0 s	0.2 s	$\frac{((31.5xD+30xH):(D+H))-d}{((2xD+2xH):(D+H))}$
Weitsprung		4.80 m	2.80 m	4 cm	6.20 m	3.70 m	5 cm	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$
Hochsprung		1.45 m	0.95 m	1 cm	1.80 m	1.30 m	1 cm	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$
Kugelstossen		12.00 m	6.50 m	11 cm	14.00 m	8.00 m	12.0 cm	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$
Weitwurf		42.00 m	17.00 m	50 cm	63.00 m	33.00 m	60 cm	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$
Schleuderball		38.00 m	18.00 m	40 cm	51.00 m	31.00 m	40 cm	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$
1000 m Lauf	Rasen	210.0 s	285.0 s	1.5 s	175.0 s	225.0 s	1.0 s	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$
	Kunststoff	198.0 s	273.0 s	1.5 s	165.0 s	215.0 s	1.0 s	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$
Steinheben		35 H	10 H	0.5 H	35 H	10 H	0.5 H	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$
Steinstossen		8.00 m	4.50 m	7 cm	10.00 m	5.00 m	10 cm	$\frac{DxDamennote + HxHerrennote}{(D+H)}$

## 6. Protest und Schiedsgericht

Proteste sind innerhalb einer Stunde nach dem Vorfall am Infostand zuhanden der Wettkampfleitung einzureichen. Es muss eine Protestgebühr von CHF 100 hinterlegt werden, welche bei Abweisung des Protests an den Organisator verfällt. Wird der Protest gutgeheissen, wird die Gebühr zurückerstattet. Das Schiedsgericht besteht aus drei Personen:

- Technische Leitung OK Sportfest (oder andere Vertretung aus dem OK)
- Leitung Sport & Wettkämpfe der Sport Union Schweiz (oder andere Vertretung der SUS)
- Technische Leitung Regionalverband (oder andere Vertretung des RV)

Falls ein Fachspezialist oder eine Fachspezialistin der Sport Union Schweiz für die entsprechende Disziplin zuständig ist, ist diese Person zwingend einzubeziehen.

## 7. Schlussbestimmungen

Der Zentralvorstand der Sport Union Schweiz ist gemeinsam mit dem Organisator und dem entsprechenden Regionalverband berechtigt, abweichende Bestimmungen zu erlassen. Alle drei Parteien müssen einer Anpassung zustimmen und wenn eine abweichende Bestimmung erlassen wird, muss diese an der darauffolgenden Planungskonferenz zur Diskussion kommen (inkl. allfälliger Reglementsanpassungen).

Sportlerinnen und Sportler haben bei der Sport Union Schweiz Mitspracherecht. Anpassungswünsche & Vorschläge können jederzeit der Sport Union Schweiz mitgeteilt werden.

Anpassungen an diesem Reglement werden von der Planungskonferenz genehmigt. Das vorliegende DOK wurde an der Planungskonferenz am 22. Februar 2026 genehmigt, tritt per 1. März 2026 in Kraft und ersetzt das frühere DOK 12.2 (Ausgabe November 2025).