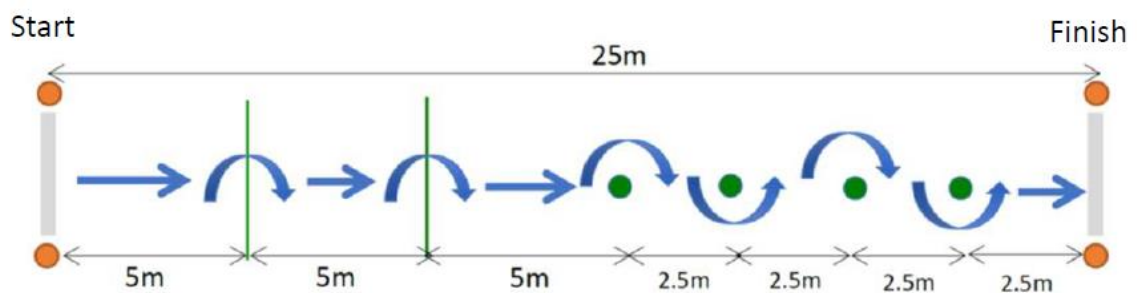


Special Olympics Challenge



Snowshoeing Skill 2 – SKILL COURSE



Beschreibung: Geschicklichkeits-Parcours.

Der Athlet startet, überspringt zuerst 2 Hindernisse (z.B.: 2 Stöcke liegen am Boden), macht dann einen Slalom um 4 Hindernisse (z.B.: 4 Stöcke im Schnee gesteckt) und rennt schliesslich durch die Ziellinie.

Ziel: Verbesserung der Geschicklichkeit und Wendigkeit, Agilität

Bewertung: Gemessen wird die benötigte Zeit vom Start bis ins Ziel. Gestoppt wird, sobald der erste Schuh die Linie berührt. 2 Versuche, der beste zählt.

Regeln

- Die Masse und Distanzen sind auf der Skizze ersichtlich und sind genau einzuhalten
- Gestartet wird aus dem Stillstand
- Am Start müssen die Schuhe vollständig hinter der Startlinie sein
- Es kann sowohl ein akustisches wie auch ein optisches Startsignal verwendet werden
- Die Stöcke, welche am Boden liegen und die Hindernisse bilden, dürfen nicht berührt werden.
- Jedes berührte Hindernis wird mit einer Sekunde bestraft. Die Strafen werden zur gemessenen Zeit hinzugefügt.
- Im Idealfall wird auf Schnee gelaufen. Wenn das nicht möglich ist, kann auf einer Wiese oder einem natürlichen flachen Terrain gelaufen werden.
- Der Schnee soll flach gedrückt sein.

Material: Stoppuhr, 10 Stöcke (es dürfen auch Stecken oder Malstäbe benutzt werden), eine Startlinie wird zusätzlich zu der Markierung (auch Hütchen, Pylonen, Stöcke... sind möglich) mit dem Schuh in den Schnee gezeichnet

Bei Fragen zu dieser Skill stehen wir gerne zur Verfügung: challenge@specialolympics.ch