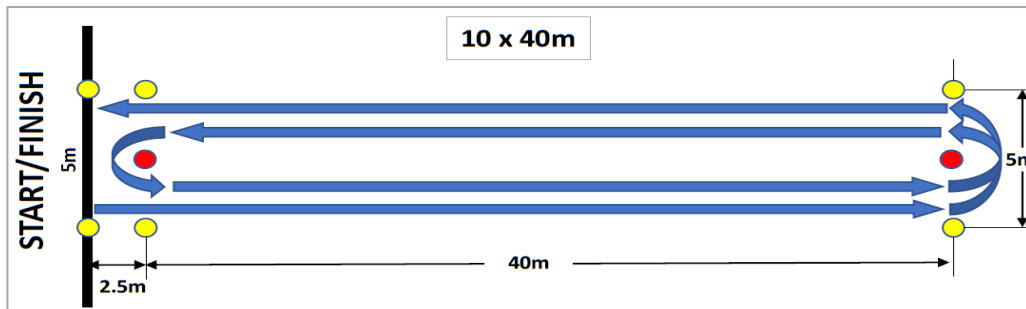


Special Olympics Challenge



Skill Cycling 4 – PENDULUM RACE



Beschreibung

Pendelfahrt mit 4x hin und 4x zurück

Ziel

Diese Skill fördert das Sprint- und Ausdauervermögen, sowie das effektive Bremsen und Beschleunigen.

Bewertung

Gemessen wird die benötigte Zeit vom Start bis ins Ziel. Die Zeit wird gestoppt, wenn das Vorderrad die Ziellinie berührt.

Regeln

Bei dieser Skill gelten folgenden Regeln:

- Die Masse und Distanzen sind auf der Skizze ersichtlich und sind genau einzuhalten.
- Gestartet wird aus dem Stillstand, bei Klickpedalen darf der Fahrer gestützt werden.
- Es ist sowohl ein akustisches wie auch ein optisches Startsignal zu verwenden.
- Die Markierungshüte sind mit allen Rädern zu umfahren und dürfen nicht berührt werden.
- Das Abstehen mit dem Fuss wird nicht geahndet.

Material

Stoppuhr, Start-Ziel-Linie (ev. Klebeband), 2 Markierhütchen oder -Teller für die Distanz (z.B. rot) und 7 Markierhütchen für die Fahrbahnbeschränkung (z.B. gelb). Keine Mahlstäbe oder Markierungspfosten!

Vorgaben

- Die Sicherheit hat zu der Zeit oberste Priorität!
- Das Tragen eines Velohelms ist Pflicht!
- Die Skills sind auf einem nicht befahrenen Platz, ev. unter Absperrung zu absolvieren.
- Der Untergrund soll hart (Strassenbelag, Teer, Sportplatz, Tartan etc.) und trocken sein.
- Im Zielraum ist für genügend Auslauf zu sorgen.