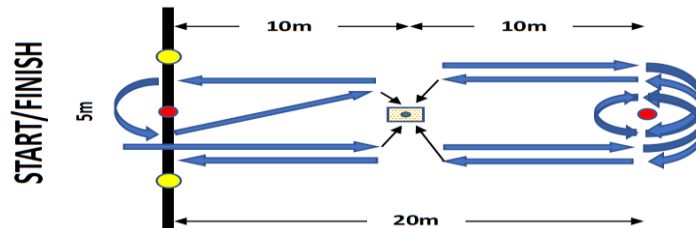


# Special Olympics Challenge



## Skill Cycling 5 – ONE-HAND-RACE

Skizze



### Beschreibung

Pendelfahrt mit 2x hin und 2x zurück, wobei jeweils auf Mitte der Strecke ein Tennisball mitgenommen bzw. deponiert werden muss.

### Ziel

Diese Skill fördert das einhändige Fahren, sowie das Gleichgewicht bei langsamen Manövern.

### 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.
- Der Tennisball muss einmal links und einmal rechts aus dem Korb genommen und danach wieder in den Korb zurückgelegt und darf nicht geworfen werden.
- Das Absteigen mit dem Fuss wird nicht geahndet. Beim Runterfallen des Balles muss der Versuch wiederholt werden.

### Material

Stoppuhr, Start-Ziel-Linie (ev. Klebeband), 2 Markierhütchen für Start/Ziel (hier gelb) und 2 für die Distanzen (hier rot), kleiner Korb, ein Tennisball. Keine Mahlstäbe oder Markierungspfosten verwenden!

### 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.