
DOK 13.1

Regionale Jugitage

Ausgabe November 2025



Inhaltsverzeichnis

1.	Allgemeines.....	3
1.1.	Einleitung.....	3
1.2.	Teilnahmeberechtigung.....	3
1.3.	Vergabe von regionalen Jugitagen	3
1.4.	Zuständigkeiten	3
1.5.	Finanzen & Startgeld.....	4
1.6.	Auswertungssoftware AGON	4
1.7.	Wettkampfangebot / Kategorien.....	4
1.8.	Tagesablauf.....	4
1.9.	Auszeichnungen / Rangverkündigung	4
1.10.	Medienarbeit & Datenschutz	5
1.11.	Informationen für die Vereine	5
1.12.	Versicherung	6
1.13.	Wettkampfmaterial & Abnahme Wettkampfplatz	6
1.14.	Kampfrichtende / Helfende.....	6
1.15.	Wettkampf-Tenues	6
1.16.	Protest und Schiedsgericht	6
1.17.	Tipps & Tricks.....	7
2.	Einzel-Wahlmehrkampf	8
2.1.	Allgemeine Bestimmungen (Kategorien, Disziplinen, Auswertung).....	8
2.1.1.	Kategorien.....	8
2.1.2.	Disziplinen.....	8
2.1.3.	Auswertung	9
2.1.4.	Details	9
2.2.	Wettkampfbestimmungen Einzel-Wahlmehrkampf	10
2.2.1.	Sprint (60 m / 80 m)	10
2.2.2.	1000m-Lauf.....	11
2.2.3.	Weitsprung	12
2.2.4.	Hochsprung.....	13
2.2.5.	Seilspringen 1 Minute	14
2.2.6.	Ballweitwurf 200g.....	15
2.2.7.	Kugelstossen.....	16
2.2.8.	Ballzielwurf 1 Minute	17
2.2.9.	Korbeinwurf 1 Minute	18
2.2.10.	Slalomlauf	19
2.2.11.	Hindernislauf Einzelwettkampf.....	20
3.	Gruppenwettkampf	22
3.1.	Allgemeine Bestimmungen (Kategorien, Disziplinen, Auswertung).....	22

3.1.1.	Kategorien.....	22
3.1.2.	Disziplinen.....	22
3.1.3.	Auswertung	23
3.1.4.	Details	23
3.2.	Wettkampfbestimmungen Gruppenwettkampf	24
3.2.1.	Hindernislauf Gruppenwettkampf	24
3.2.2.	Pendelstafette	26
3.2.3.	Ballathlon	27
3.2.4.	Polystafette	29
3.2.5.	Seilziehen.....	30
3.2.6.	Dreieckball	31
3.2.7.	Keulen stehlen	32
4.	Regionalstafette.....	33
4.1.	Allgemeine Bestimmungen (Kategorien, Disziplinen, Auswertung)	33
4.2.	Wettkampfbestimmungen.....	33
5.	Wertungstabellen.....	34
5.1.	Wertungstabelle Knaben	34
5.2.	Wertungstabelle Mädchen.....	34
6.	Schlussbestimmungen	35

1. Allgemeines

1.1. Einleitung

Die fünf Regionalverbände (RV) der Sport Union Schweiz (SUS) organisieren pro Jahr mindestens einen Jugitag, welcher optimalerweise zwischen März und Anfang Juli durchgeführt wird und maximal einen Tag dauert (Samstag oder Sonntag). Der Anlass findet bei jeder Witterung statt und nach Möglichkeit wird der Einzel-Wahlmehrkampf, der Gruppenwettkampf und die Regionalstafette durchgeführt.

1.2. Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt sind alle Vereine der SUS. Über die Teilnahme von externen Vereinen entscheidet der RV. Er entscheidet auch darüber, ob Vereine ohne Mitgliedschaft bei der SUS einen Aufpreis bezahlen und ob sie gemeinsam mit den SUS-Vereinen rangiert & ausgezeichnet werden. Allfällige Aufpreise für Vereine ohne Mitgliedschaft erhält der Regionalverband.

1.3. Vergabe von regionalen Jugitagen

Über die Vergabe von regionalen Jugitagen entscheidet der Regionalverband. Zwischen dem Regionalverband und dem Organisator wird ein Übergabevertrag erarbeitet, welcher weitere Details (z.B. Kontaktpersonen, einzuladende Vereine/Verbände/Personen, zu berücksichtigende Elemente) enthält. Der Übergabevertrag wird von beiden Seiten unterzeichnet.

1.4. Zuständigkeiten

Die Jugitage werden vom jeweiligen RV betreut. Die Hauptansprechperson für den Veranstalter ist der/die Jugiverantwortliche des RV. Die Zuständigkeiten werden in der nachfolgenden Tabelle geregelt.

	Regionaler Jugitag	
	RV	SUS
Suche eines Veranstalters & Entscheid über Vergabe	X	
Hauptansprechpartner/in für das OK	X	
Bereitstellung Gästeliste	X	
Bereitstellung Adressen für Versand Ausschreibungen	X	
Übergabevertrag Jugitag	X	
Unterstützung des OK in der Planung und Umsetzung	X	
Teilnahme an OK-Sitzungen oder Einforderung Protokolle	X	
Abnahme Wettkampfanlagen vor dem Wettkampfstart	X	
Einforderung von nützlichen Unterlagen vom OK*	X	
Ansprechperson für Software inkl. Rechnungsstellung		X
Reglement & Weiterentwicklung Wettkämpfe		X

* Statistiken und Berichte pro OK-Ressort, OK-Organigramm sowie Meilensteinplanung

Bei Jugitagen stellt der Organisator ein Dossier zusammen und stellt dieses der SUS sowie dem RV digital zur Verfügung. Im Dossier müssen folgende Punkte enthalten sein: Protokolle, Ranglisten, Feststellungen / Schlussberichte. Bei technischen und organisatorischen Fragen unterstützen die SUS und hauptsächlich der Regionalverband den organisierenden Verein.

1.5. Finanzen & Startgeld

Sämtliche Kosten für die Vorbereitung, Ausschreibung und Durchführung des Anlasses gehen zu Lasten des Organisers. Die Ausschreibung im "turnen&sport" wird dem Organisator nicht verrechnet. Zu den Kosten gehören auch die Lizenzgebühren für die Benutzung der Software AGON (vgl. Punkt 1.6). Der Regionalverband kann im Übergabevertrag eine Defizit-/Gewinnangarantie oder eine Abgabe mit dem Veranstalter vereinbaren. Sofern nichts anderes vereinbart ist, trägt der Organisator ein allfälliges Defizit, respektive der Gewinn gehört vollumfänglich dem Organisator.

Es wird ein Startgeld zwischen CHF 20 und 25 pro Person empfohlen. Die Höhe des Startgeldes muss mit dem RV abgesprochen werden. Bei Nichtantreten verfällt das Startgeld zugunsten des Organisers. Über die Möglichkeit von Nachmeldungen und damit verbundene Gebühren kann der Organisator eigenmächtig entscheiden. Für Teilnehmende ohne Mitgliedschaft bei der Sport Union Schweiz kann ein Aufpreis hinzukommen (vgl. Punkt 1.2). Im Startgeld inbegriffen ist der Start im Einzel-Wahlmehrkampf sowie im Gruppenwettkampf (& evtl. Regionalstafette), der Preis für alle Teilnehmenden, die Siegerpreise sowie die Kosten für AGON (vgl. Punkt 1.6). Der Regionalverband kann zudem vom Organisator verlangen, dass ein warmes Mittagessen inkl. Getränk im Startgeld inbegriffen ist.

1.6. Auswertungssoftware AGON

Jeder Verein kann sich unter <https://admin.agon-app.ch/> ein eigenes Login erstellen. Jeder Verein muss der Organisation „Sport Union Schweiz“ beitreten, damit er alle Verbandsanlässe sieht und Jugitag-Vorlagen nutzen kann (hinterlegte Kategorien, Formeln etc.). Die Vorlagen können individuell angepasst werden. Der Organisator bezahlt pro teilnehmendes Kind CHF 1 an die Sport Union Schweiz. Dies gilt für die Organisation von Jugitagen oder auch für Vereinsanlässe. Zudem beteiligen sich die fünf Regionalverbände mit je CHF 150 / Jahr an der Weiterentwicklung von AGON (unabhängig davon, wie viele Jugitage & Vereinsanlässe stattfinden). Weitere Informationen sind auf der Webseite oder bei der Geschäftsstelle der Sport Union Schweiz erhältlich.

1.7. Wettkampfangebot / Kategorien

Sofern die Regionalverbände keine andere Regelung erlassen haben, wird der Einzel-Wahlmehrkampf, der Gruppenwettkampf sowie optional eine Regionalstafette angeboten. Die Auswahlkriterien der Disziplinen sind in den allgemeinen Bestimmungen der einzelnen Wettkämpfe (vgl. Kapitel 2.1, 3.1 & 4.1) zu finden.

1.8. Tagesablauf

- Wettkampfbeginn: Ab 07.30 Uhr (Organisator bestimmt Startzeit mit Rücksicht auf Anreise)
- Vormittag: Einzel-Wahlmehrkampf
- Mittagspause: Für die Mittagspause ist kein offizieller Unterbruch des Wettkampfs erforderlich. Die Verpflegung kann während einer längeren Pause eingenommen werden.
- Nachmittag: Gruppenwettkampf (& evtl. Regionalstafette)
- Rangverkündigung: Spätestens um 16.00 Uhr

1.9. Auszeichnungen / Rangverkündigung

Die nachfolgenden Auszeichnungen gelten, sofern der Regionalverband keine andere Bestimmung erlässt:

Einzel-Wahlmehrkampf

- Plätze 1 bis 3 pro Kategorie erhalten eine Medaille
- 1/3 pro Kategorie erhält eine Auszeichnung

Gruppenwettkampf

- Plätze 1 bis 3 pro Kategorie von der Gesamtrangliste erhalten einen Naturalpreis oder eine Medaille

Regionalstafette

- Plätze 1 bis 3 pro Kategorie erhalten einen Naturalpreis oder eine Medaille

Alle Teilnehmer/-innen

- Turnerkreuz oder ähnliches

Die Gestaltung und Beschaffung der Auszeichnungen, Medaillen und/oder Naturalpreise sind dem Organisator überlassen. Die Rangverkündigung soll spätestens um 16 Uhr stattfinden und so kurz wie möglich gehalten werden. Es sind Reserve-Medaillen und zusätzliche Auszeichnungen für ex-aequo-Rangierte einzuplanen. Die Ranglisten müssen schnellstmöglich auf der Veranstaltungswebseite veröffentlicht werden.

1.10. Medienarbeit & Datenschutz

Der Organisator ist dafür zuständig, dass der Jugitag im Vorfeld genügend Präsenz hat. Dazu wird mindestens ein Vorbericht geschrieben, welchen die Sport Union Schweiz in der Verbandszeitschrift t&s publiziert. Ebenso schreibt der Organisator die regionalen Medien an. Der Organisator ist auch für die Ausschreibung in der Breitensportagenda der Sport Union Schweiz zuständig. Am Anlass stellt der Organisator Helfende, welche von den Wettkämpfen, aber auch den geselligen Teilen Fotos und Videos machen. Diese Fotos & Videos werden der Sport Union Schweiz sowie dem entsprechenden Regionalverband zur Verfügung gestellt. Nach dem Jugitag wird mindestens ein Nachbericht für die Verbandszeitschrift t&s sowie die lokalen Medien erstellt.

An den regionalen Jugitagen 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.

1.11. Informationen für die Vereine

Sofern mit dem Regionalverband keine andere Vereinbarung getroffen wurde, gilt:

- Bis im Dezember: Disziplinen-Angebot bekanntgeben (Mail & Webseite)
- Bis Ende Februar: Wettkampfausschreibung (Mail & Webseite)
- Spätestens 6 Wochen vor dem Jugitag: Anmeldeschluss (Ferien etc. beachten)
- Spätestens 2 Wochen vor dem Jugitag: Informationen für Kampfrichtende und Helfende, Wettkampfpäne, Gruppeneinteilungen und falls vorhanden Festführer an die angemeldeten Vereine versenden (Mail & Webseite)

Die Wettkampfausschreibung sollte möglichst exakt sein, um Rückfragen zu vermeiden. Sie muss vor der Veröffentlichung dem / der Jugiverantwortlichen des RV zur Genehmigung zugestellt werden. Zwingend in der Wettkampfausschreibung festzuhalten sind folgende Punkte:

- Müssen die teilnehmenden Vereine Kampfrichtende / Helfende stellen?
- Möglichkeiten für Mittagessen: Kann Essen selbst mitgebracht werden?
- Hinweis, dass die Anmeldung über die Software AGON läuft
- Möglichkeiten zur Nachmeldung für Vereine
- Genau Beschreibung der einzelnen Wettkampfdisciplinen inklusive folgenden Punkte: Erlaubte Schuhe, mit/ohne Startblöcke, Bodenbeschaffenheit der jeweiligen Disziplin, Material vor Ort (Springseil).

Vor Ort gibt es einen betreuten Infostand für Helfende, Leitende, Eltern etc. Der Infostand sollte getrennt von der Anmeldung sein. Optimal ist, wenn der Speaker möglichst nahe beim Infostand ist, um eine schnelle Kommunikation nach aussen zu gewährleisten. Um Kommunikationsprobleme zu vermeiden, müssen die Lautsprecherdurchsagen überall gut hörbar sein und wichtige Durchsagen müssen wiederholt werden. Es wird empfohlen, wichtige Handynummern beim Infostand zu hinterlegen.

1.12. Versicherung

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.

1.13. Wettkampfmateriale & Abnahme Wettkampflplatz

Sämtliches Wettkampf- und Anlagemateriale muss durch den Organisator bereitgestellt werden. Die SUS sowie die RV bieten teilweise Materiale an, weshalb es sich lohnt, Kontakt aufzunehmen. Die Wahl des Materials obliegt der Verantwortung des Organisators, sofern in den Vorschriften nichts definiert ist. Das Wettkampfmateriale muss in der Ausschreibung klar beschrieben werden. Die Zeitmessung wird idealerweise einen Tag vor dem Wettkampf getestet. Der Wettkampflplatz wird vor dem Wettkampf vom Regionalverband (i.d.R. verantwortliche Person Jugendsport) abgenommen.

1.14. Kampfrichtende / Helfende

Für jeden gelungenen Jugitag braucht es Kampfrichtende und Helfende. Der Organisator stellt diese nach Möglichkeit selbst. In Absprache mit dem RV können die teilnehmenden Vereine gebeten / verpflichtet werden, KR und Helfende zu stellen. Dies muss in der Wettkampfausschreibung bekanntgegeben werden. Es wird empfohlen, eine Instruktion für die Kampfrichtenden und Helfenden zu organisieren. Der Organisator sorgt für die Verpflegung sowie genügend Getränke.

1.15. Wettkampf-Tenues

Wettkampf-Tenues mit Werbung gegen ethische Bestimmungen (z.B. Alkohol, Rauchwaren, Suchtmittel, menschliche Würde) sind nicht gestattet. Sollte ein Verein solche Werbung tragen, ist er nicht startberechtigt, bis er andere Tenues (z.B. Ausleihe eines anderen Vereins) trägt. Solche Vorfälle sind der Geschäftsstelle der Sport Union Schweiz zu melden.

1.16. 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:

- Jugi-Verantwortliche(r) des RV (oder andere Vertretung des RV)
- Technische Leitung Jugitag (oder andere Vertretung aus dem OK)
- weiteres OK-Mitglied

1.17. Tipps & Tricks

- Vorhandenes Know-how bei SUS, RV, Ressortverantwortlichen nutzen
- Gute Wegweiser dienen zur Orientierung auf dem Wettkampfsplatz
- Genaue Zeitangaben abgeben
- Möglichst straffen Zeitplan erstellen - Nachmittag ohne Pausen
- Mögliche Szenarien überlegen bei Verspätung des Zeitplans
- Mögliche Szenarien überlegen für Schlechtwetter
- Bei Mittagessen: Mehrere Festsstrassen ermöglichen kurze Wartezeiten
- Korbeinwurf nicht auf 1000m Strecke planen - Wartezeiten vermeiden
- Seilspringen wenn möglich in einem separaten Raum durchführen, Zutritt nur für Teilnehmende. So können die Kampfrichtenden ohne Ablenkung zählen.
- Beim Seilspringen zwei "Zählende" einteilen und von den gezählten Punkten einen Durchschnittswert nehmen. Unbedingt Handzähler einsetzen (pro 10 Durchzüge 1x klicken).
- Laufbahnen bei Stafetten absperren (seitlich & bei Auslaufzone an Kopfenden)
- Es wird empfohlen, eine seitliche Absperrung zu machen, damit es vor dem Podest keinen Zuschauerverkehr gibt.
- Damit die Aufmerksamkeit bleibt, ist es sinnvoll, die Einzelehrungen am Schluss zu machen

2. Einzel-Wahlmehrkampf

2.1. Allgemeine Bestimmungen (Kategorien, Disziplinen, Auswertung)

Der Einzel-Wahlmehrkampf besteht aus einem 5-Kampf (4 Zählresultate & 1 Streichresultat), wobei aus jeder Disziplinengruppe mind. eine Disziplin absolviert werden muss (siehe Disziplinentabelle).

2.1.1. Kategorien

Im Einzel-Wahlmehrkampf werden Mädchen und Knaben getrennt gewertet. Zudem gibt es pro Jahrgang eine separate Kategorie / Rangliste.

2.1.2. Disziplinen

		Alter										
Kategorien	Mädchen (M)	M7	M8	M9	M10	M11	M12	M13	M14	M15	M16	
	Knaben (K)	K7	K8	K9	K10	K11	K12	K13	K14	K15	K16	
Disziplingruppe	Disziplin											
LAUFEN	Sprint 60 m	x	x	x	x	x	x	x				
	Sprint 80 m								x	x	x	
	Lauf 1000 m	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
SPRINGEN	Weitsprung	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
	Hochsprung				x	x	x	x	x	x	x	
	Seilspringen 1 min	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
WERFEN	Ballwurf 200 g	x	x	x	x	x	x					
	Kugelstossen 3 kg								x	x	x	x
										x	x	
	Kugelstossen 5 kg									x	x	
POLYSPORT	Ballzielwurf 4 m	x	x	x	x	x						
	Ballzielwurf 5 m						x	x	x	x	x	
	Korbeinwurf 2 m	x	x	x	x	x						
	Korbeinwurf 2.5 m						x	x	x	x	x	
	Slalomlauf	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
	Hindernislauf	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	

Die Wettkampfvorschriften der einzelnen Disziplinen sind im Kapitel 2.2 zu finden.

Sofern keine andere Absprache mit dem RV erfolgt, gibt der Organisator das Disziplinenangebot bis spätestens im Dezember vor dem Jugitag bekannt. Die detailliertere Wettkampfausschreibung erfolgt bis Ende Februar vor dem Jugitag. Darin wird auch die Wettkampfpplatzbeschaffenheit und das Wettkampfmateriale bekanntgegeben.

Es sind so viele Disziplinen wie möglich anzubieten, aber mindestens eine Disziplin pro Disziplinengruppe. Die Auswahl der Disziplinen richtet sich nach den örtlichen Gegebenheiten.

2.1.3. Auswertung

Die Punktzahlen der besten vier Resultate werden zusammengezählt und ergeben das Schlussresultat.

2.1.4. Details

Nagelschuhe mit max. 6 mm Dornen sind zugelassen, sofern der Organisator in der Wettkampfausschreibung nichts anderes vermerkt hat. Die Serieneinteilung und die Reihenfolge, in der die Teilnehmer und Teilnehmerinnen starten, werden vom Organisator bestimmt.

2.2. Wettkampfbestimmungen Einzel-Wahlmehrkampf

2.2.1. Sprint (60 m / 80 m)

- Versuch: 1
- Laufstrecken: 7 - 13 Jährige 60m
14 - 16 Jährige 80m
- Anlage: Ebene Laufbahn ohne Kurven auf Kunststoffbahn, Asphalt oder Rasen. Jede Laufbahn ist in voller Länge auf ca. 1.22 – 1.25 m Breite mit einer Linie unterteilt. Start und Ziel sind mit einer gut sichtbaren Linie markiert. Beim Ziel ist auf genügend Auslauf zu achten.
- Zeitmessung: Elektronische Zeitmessung
- Start: Es darf mit oder ohne Startblöcke gestartet werden. Hochstart ist erlaubt.
- Startkommando: „Auf die Plätze“ – „Fertig“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.
- Startprozedere: Nach Aufruf stellen sich die Läuferinnen und Läufer 2 m hinter der Startlinie bereit (mögliche Startblöcke sind bereits eingestellt). Auf das Kommando "Auf die Plätze" stellen oder knien sich die Läuferinnen & Läufer sofort hinter die Startlinie. Nach dem Kommando "Fertig" ist unverzüglich die Startposition einzunehmen (Startlinie darf nicht berührt werden). Sobald alle Kinder ruhig in Startposition sind, wird das akustische Startkommando ausgelöst.
- Fehlstart: Startet ein Kind zu früh, muss der Lauf abgebrochen oder akustisch zurückgerufen werden (Rückstart). Die Person ist zu verwarnen (Fehlstart). Auch bei unruhigem Verhalten nach dem Kommando "Fertig" oder anderen störenden Handlungen ist der Start abzubrechen und die Person zu verwarnen (gilt ebenfalls als Fehlstart). Beim zweiten Fehlstart wird die Person von dieser Disziplin disqualifiziert (= 0 Punkte). Verlässt ein Kind die Bahn, ohne seine Laufkonkurrenten zu behindern, wird keine Disqualifikation ausgesprochen.
- Ziel: Das Erreichen der senkrechten Ebene über dem Zielstrich mit dem Rumpf ist massgebend für die Zeiterfassung.

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • Startblock pro Bahn • 1 akustisches Startzeichen • 1 akustisches Rückstartsignal • elektronische Zeitmessenanlage • Schreibmaterial • Reserve Stoppuhren (eine pro Bahn) 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person für Startvorbereitungen • 1 Person Start- / Rückstartsignal • 2 Personen für Meldungen • 2-3 Personen zur Kontrolle Zieleinlauf • 1 Person für Resultaterfassung

2.2.2. 1000m-Lauf

Versuch: 1

Anlage: Laufbahn auf Kunststoffbahn, gut gesicherte Strasse, Rasen (Rundbahn einzeichnen) oder Gelände. Start und Ziel sind mit einer gut sichtbaren Linie markiert. Dreieck-Läufe sind nicht erlaubt. Der Geländelauf ist 1'000m lang. Die Strecke kann vom Organisator in folgenden Fällen verkürzt werden, um die Punktechancen gerecht zu halten:

- Pro 180° Kurve darf die Strecke um max. 20m verkürzt werden
- Pro 90° Kurve darf die Strecke um max. 5m verkürzt werden
- Pro Höhenmeter darf die Strecke um max. 10m verkürzt werden
- Bei Rasen oder Gelände darf die Strecke um max. 55m gekürzt werden

Zeitmessung: Elektronische Zeitmessung oder auch Handzeitmessung (auf 1/10 Sekunde gerundet) möglich.

Start: Hochstart, die Hände dürfen den Boden nicht berühren!

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

Startprozedere: Nach Aufruf stellen sich die Läuferinnen und Läufer 2 m hinter der Startlinie bereit. Auf das Kommando "Auf die Plätze" begeben sich alle sofort hinter die Startlinie (Startlinie darf nicht berührt werden). Sobald alle Kinder ruhig in Startposition sind, wird das akustische Startzeichen ausgelöst.

Fehlstart: Startet eine Person zu früh, muss der Start abgebrochen oder akustisch zurückgerufen werden (Rückstart). Die Person ist zu verwarnen (Fehlstart). Beim zweiten Fehlstart wird die Person für diese Disziplin disqualifiziert (= 0 Punkte).

Ziel: Das Erreichen der senkrechten Ebene über dem Zielstrich mit dem Rumpf ist massgebend für die Zeiterfassung.

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 1 akustisches Startzeichen • 1 akustisches Rückstartsignal • Elektronische Zeitmessanlage oder Handstoppuhren (+ Reserve-Stoppuhren) • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person für Startvorbereitungen • 1 Person Start- / Rückstartsignal • 2 Personen für Meldungen • Zeitnehmende • 2-3 Personen zur Kontrolle Zieleinlauf • 1 Person für Resultaterfassung • Personen Streckenkontrollen

Die Anzahl Zeitnehmenden und Streckenkontrolle liegt im Ermessen des Organisators.

2.2.3. Weitsprung

Versuch: 3 Versuche / Zonenabsprung / Kein Probesprung

Anlage: Ebene 20 – 40 m lange Anlaufbahn auf Kunststoff, Asphalt oder Rasen. Bei mehreren Anlagen nebeneinander ist jede Anlaufbahn in voller Länge gesichert. Die Absprungfläche ist 80 cm breit und ca. 1 m von der mit Sand auf gleiche Höhe gefüllten Sprunggrube entfernt.

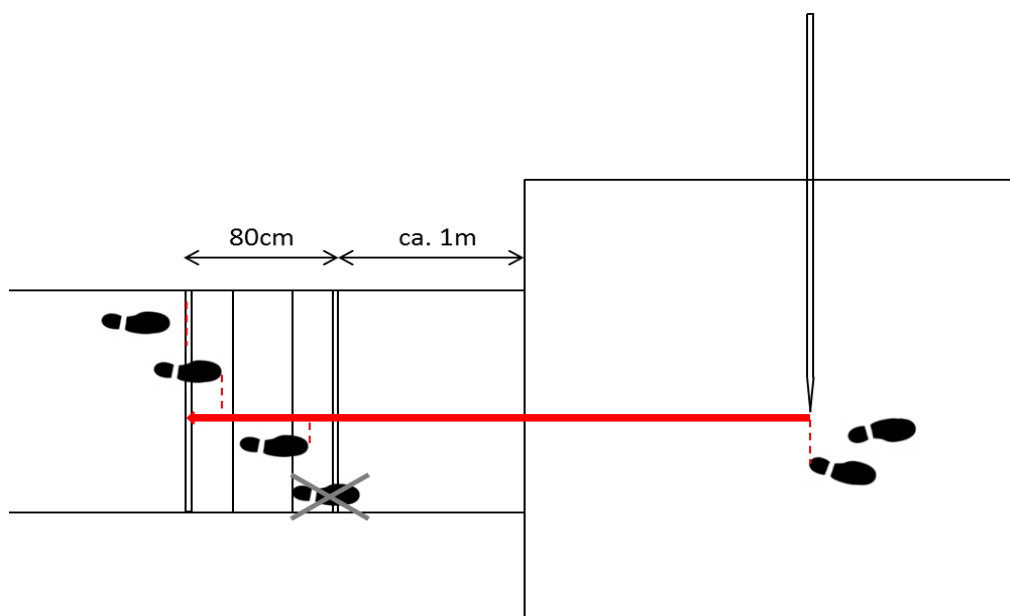
Weitenmessung: Die Sprungweite wird vom hintersten Abdruck in der Sprunggrube im rechten Winkel zum Absprung in der Absprungfläche gemessen. Die Leistung wird beim Absprung in der Zone abgelesen. Springt das Kind vor der Absprungfläche ab, wird vom hintersten Rand der Absprungfläche die Sprungweite abgelesen.

Achtung: Die Person für die Messung des Absprungs muss den Sprung konzentriert verfolgen, um den exakten Absprungpunkt in der Zone bestimmen zu können.

Weisungen: Die Weitsprunganlage wird vom Organisator zugewiesen. Die Reihenfolge wird vom Organisator bestimmt. Nach Aufruf durch den Kampfrichter / die Kampfrichterin muss die Sportlerin oder der Sportler den Sprung unverzüglich absolvieren. Während des "Rechens" ist die Anlage zu sperren! Das Anbringen von Anlaufmarken ist ausserhalb der Laufbahn gestattet. Ein Messband am Rand der Laufbahn wird empfohlen.

Fehlversuche:

- Übertreten der Absprungfläche
- Berühren der Zone zwischen Absprungfläche und Sprunggrube
- Zurücklaufen durch den Sand zur Absprungfläche
- Verzögerung trotz Verwarnung durch den Kampfrichter / die Kampfrichterin



Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 1 Weitsprunganlage mit Absprungfläche • 1 Messband • 1 Stecknadel • 1 Rechen • 1 Schaufel • Besen • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Messung Weite Absprung (Lead) • 1 Person Messung Weite Sprunggrube • 1 Person für Resultaterfassung • 1 Person Sandrechen (Bei mehreren Anlagen zusätzlich 1 Person für die Zuweisung der Anlagen)

2.2.4. Hochsprung

Versuch: 9 Versuche / 3 Fehlversuche hintereinander

Anlage: ca. 20 m lange, ebene Anlaufbahn auf Kunststoff, Asphalt oder Rasen. Bei mehreren Anlagen nebeneinander ist jede Anlaufbahn abzusichern.

Höhenmessung: Die Sprunghöhe wird von der Oberkante der Latte senkrecht zum Boden gemessen.

Weisungen: Der Organisator entscheidet, ob Zeit zum Einspringen zur Verfügung steht. Die Hochsprunganlage wird vom Organisator zugewiesen. Vor Wettkampfbeginn wird die Anfangshöhe der Sportlerinnen und Sportler eingeholt (5 cm Steigerung). Nach Aufruf durch die Helfenden muss der Sprung unverzüglich absolviert werden. Die Sprunghöhen sind um 5 cm zu steigern, auch wenn nur noch eine Person im Wettkampf ist. Es ist möglich, Höhen auszulassen, auch nach einem Fehlversuch. Das Tieferlegen der Latte nach einem Fehlversuch ist nicht gestattet. Anlaufmarken dürfen mit Klebeband angebracht werden. Nach 3 Fehlversuchen direkt hintereinander (auch über unterschiedliche Höhen) scheidet die Sportlerin / der Sportler aus.

Fehlversuche:

- Abwerfen der Sprunglatte beim Sprung oder als Folge des Sprungs
- Das Abspringen mit beiden Beinen

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 1 Sprungmatte • 2 Ständer mit Aufleger • 2 Sprunglatten • 1 Messlatte • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person für Messung der Höhe • 2 Personen für Latten auflegen • 1 Person für Resultaterfassung

2.2.5. Seilspringen 1 Minute

- Versuch: 1
- Dauer: Jede Teilnehmerin / jeder Teilnehmer springt 1 Minute
- Anlage: Halle, Hartplatz (ruhiger Raum oder abgeschirmter Bereich)
- Material: Die Sportlerinnen und Sportler dürfen ihr eigenes Seil oder eines vom Organisator benutzen.
- Ausführung: Ausgangsstellung: Seil hinter den Füßen.
 Startkommando: „Auf die Plätze“ – „Fertig“ – Startzeichen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.
 Seilspringen an Ort, die Art des Springens ist frei.
 Die zeitverantwortliche Person gibt die Zwischenzeit 30 Sekunden bekannt und zählt laut ab 55 Sekunden.
- Wertung: Anzahl Seildurchzüge unter den Füßen (Doppelzüge = 2). Es kommt nur die Anzahl Sprünge nach Angabe der Helfenden in die Wertung. Es wird der Durchschnittswert der von den Zählenden gezählten Sprünge genommen. Zählwerkangaben (Springseil mit Zählwerk) sind für die Wertung nicht zugelassen.

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • Halle oder Hartplatz • Rope-Skipping Springseile (12-20 Stk. in div. Längen) • 1 Stoppuhr • Handzähler (Tally Counter) für jede zählende Person • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Zeitstoppen • 2 Personen zählen pro Kind • 1 Person für Resultaterfassung

2.2.6. Ballweitwurf 200g

Versuche: 3, direkt hintereinander, kein Probewurf

Ballgewichte: - Mädchen 7 - 12 Jährige 200 g
 - Knaben 7 - 12 Jährige 200 g

Anlage: 20 m lange, ebene Anlaufbahn auf Kunststoff, Asphalt oder Rasen. Bei mehreren Anlagen nebeneinander ist jede Anlaufbahn in voller Länge gesichert. Die Abwurfstelle ist gut sichtbar mit einem Balken markiert (10 cm hoch, ca. 2 m breit, an beiden Enden des Balkens steht je ein Pylon). Das Wurffeld sollte mind. 60 m lang sein und alle 10 m markiert werden.

Weitenmessung: Das Messband ist so anzulegen, dass die Leistung bei der Abwurflinie abgelesen werden kann, der Messbandanfang befindet sich beim Aufschlagpunkt. Die Leistung wird in Zentimeter angegeben. Der Messpunkt ist in der Mitte der Abwurflinie zu zeichnen.

Weisungen: Nach Aufruf durch die Helfenden müssen die Würfe unverzüglich absolviert werden. Alle Würfe werden hintereinander geworfen. Der weiteste Wurf wird gemessen (im Zweifelsfalle mehrere). Während des "Messens" ist die Anlage vom Kampfrichter zu sperren. Die Sportlerinnen und Sportler holen die Wurfgeräte zurück. Dabei darf der Wurfbalken nicht übertreten werden. Die Bälle müssen ausserhalb der Pylone zurückgeholt werden.

Fehlversuche:

- Übertreten des Balkens
- Betreten der Oberfläche des Balkens (berühren der Innenkante ist erlaubt)
- Verzögerung trotz Verwarnung durch den Kampfrichter / die Kampfrichterin

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 1 Messband 100 m • Balken (min. 2 m x 10 cm x 10 cm) • ca. 10 Stk. 200g-Bälle • 3 Stecknadeln • Schreibmaterial • Lappen zum Abwischen der Bälle 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Messung Weite Abwurfzone • 2 Personen Messung Weite Wurf-Feld • 1 Person für Resultaterfassung <p>(Bei mehreren Anlagen zusätzlich 1 Person für die Zuweisung der Anlagen)</p>

2.2.7. Kugelstossen

Versuche: 3 Versuche, kein Probeversuch. Der Organisator bestimmt, ob diese Stösse unmittelbar hintereinander durchgeführt werden oder nicht. Bei sämtlichen Gruppen muss dies gleich gehandhabt werden. Der Organisator kommuniziert dies bereits in der Ausschreibung.

Kugelgewichte:

- Mädchen 13 - 16 Jahre 3 kg
- Knaben 13 - 14 Jahre 3 kg
- Knaben 15 - 16 Jahre 5 kg

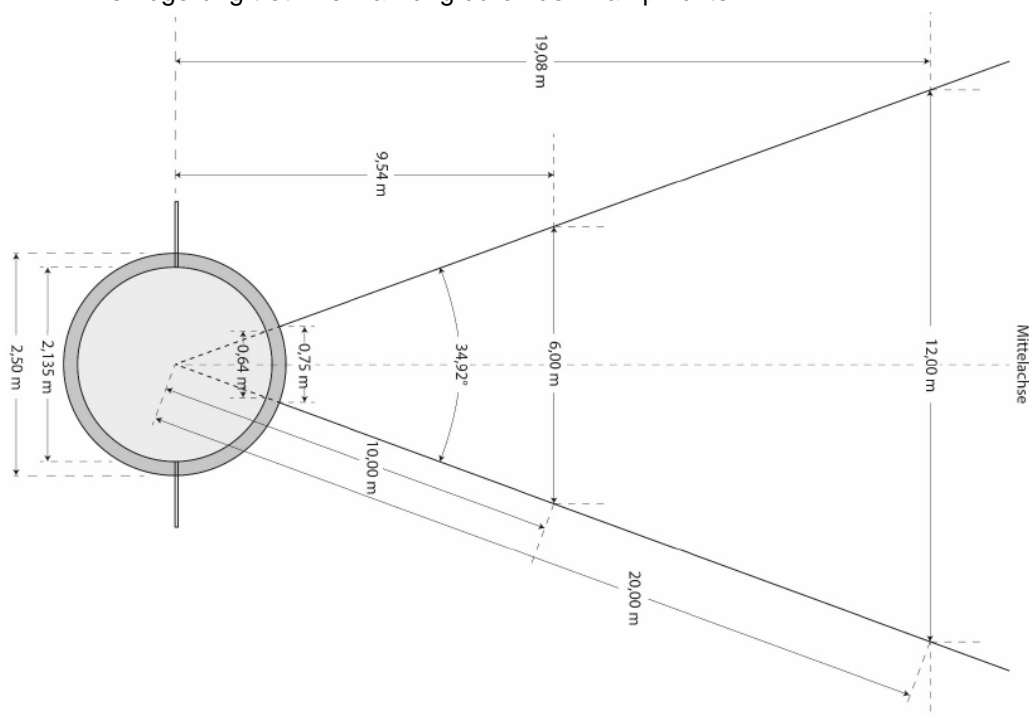
Anlage: Kugelstossring, Stoss-Sektor von 34.92° . Der Sektor sollte mit Weitenangaben gezeichnet sein. Die Anlage ist aufgrund der Unfallgefahr gut zu sichern!

Weitenmessung: Die Weite wird vom hintersten Abdruck der Kugel zum inneren Rand des Stossbalkens gemessen, wobei die Verlängerung des Messbandes durch den Kreismittelpunkt führt. Die Leistung wird am Stossbalken abgelesen.

Weisungen: Die Kugelstossanlage wird vom Organisator zugewiesen. Nach Aufruf durch die Helfenden müssen die Sportlerinnen und Sportler den Stoss unverzüglich absolvieren. Während des "Messens" ist die Anlage zu sperren! Die Sportlerinnen und Sportler holen die Wurfgeräte zurück.

Fehlversuche:

- Wenn die Kugel auf oder ausserhalb der Sektorlinien landet
- Übertreten des Stossbalkens
- Berühren der Oberkante des Stossbalkens
- Verlassen des Stossringes vor den seitlichen Verlängerungen des Kreismittelpunktes (siehe Skizze)
- Verzögerung trotz Verwarnung durch den Kampfrichter



Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • je 3 Kugeln à 3 kg / 5 kg • 1 Messband • 3 Stecknadeln • Schreibmaterial • Lappen zum Abwischen der Kugeln 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Messung Weite Stossring (Lead) • 1 Person Messung Weite Stosssektor • 1 Person für Resultaterfassung <p>(Bei mehreren Anlagen zusätzlich 1 Person für die Zuweisung der Anlagen)</p>

2.2.8. Ballzielwurf 1 Minute

Versuch: 1

Dauer: Wettkampfzeit 1 Minute

Die Zeit ab 55 Sekunden wird von den Helfenden laut gezählt

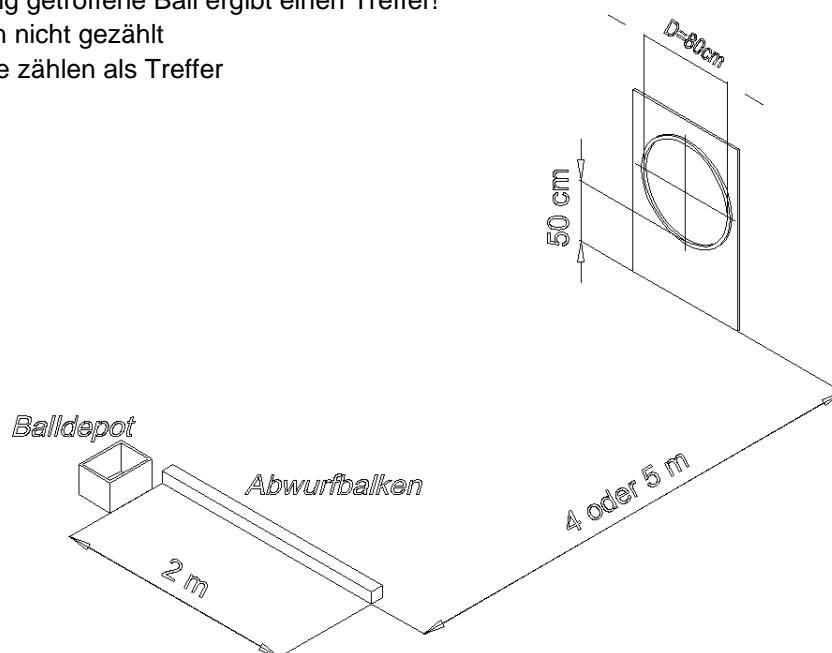
Anlage: Der Zielring Ø 80 cm befindet sich 4 m (7 – 11 Jährige) respektive 5 m (12 – 16 Jährige) hinter dem Abwurfbalken. Es werden Tennisbälle (80g) verwendet. Die Bälle liegen im Balldepot, welches links oder rechts von den Sportlerinnen und Sportlern positioniert werden kann (je nach Händigkeit der Person).

Ausführung:

- Bereitstellen hinter dem Abwurfbalken. Keinen Ball in die Hände nehmen.
- Auf das Startkommando: „Auf die Plätze“ – „Fertig“ – Startzeichen, werden die Bälle in den Zielring geworfen. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein.
- Fremdhilfe führt zur Disqualifikation in dieser Disziplin (= 0 Punkte).
- Die Bälle dürfen nur einzeln geworfen werden. Es dürfen aber mehrere Bälle aus dem Depot genommen werden.

Wertung:

- Jeder direkt in den Ring getroffene Ball ergibt einen Treffer!
- Bodenschüsse werden nicht gezählt
- Zurückgeworfene Bälle zählen als Treffer



Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 1 Rasenfeld, Halle oder Hartplatz ca. 2 x 10 m • Bei Hartplatz bitte Teppiche beim Wurfbalken bereitlegen • 1 Stoppuhr • 1 Gymnastikreifen Ø 80cm evtl. mit Fangnetz • 1 Abwurfbalken 10 cm x 10 cm x 2 m lang • 1 Balldepot (Höhe max. 30 cm) • Empfehlung: Kiste mit kleinem Gegenstand unterlegen, damit Kiste schräg steht und die Bälle in der Kiste immer nach vorne zum Athleten rollen • 80 Tennisbälle • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Zeit (Lead) • 1 Person Zählen • 1 Person für Resultaterfassung

2.2.9. Korbeinwurf 1 Minute

Versuch: 1

Dauer: Alle Teilnehmenden laufen 1 Minute lang. Die Zeit wird ab 55 Sekunden laut gezählt.

Anlage: Der Korbeinwurf erfolgt auf einem Hartplatz.

Der Korb ist freistehend ohne Rückwand.

7 – 11 Jahre Korbhöhe: 2.0 m

12 – 16 Jahre Korbhöhe: 2.5 m

Balldepot: Gymnastikreifen Ø 80 cm bis ca. 5 cm hoch zusammenkleben. Diese befinden sich 5.0 m vor dem Korbzentrum.

Ausführung: Start beim Balldepot hinter der Linie. Bälle im Balldepot.

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

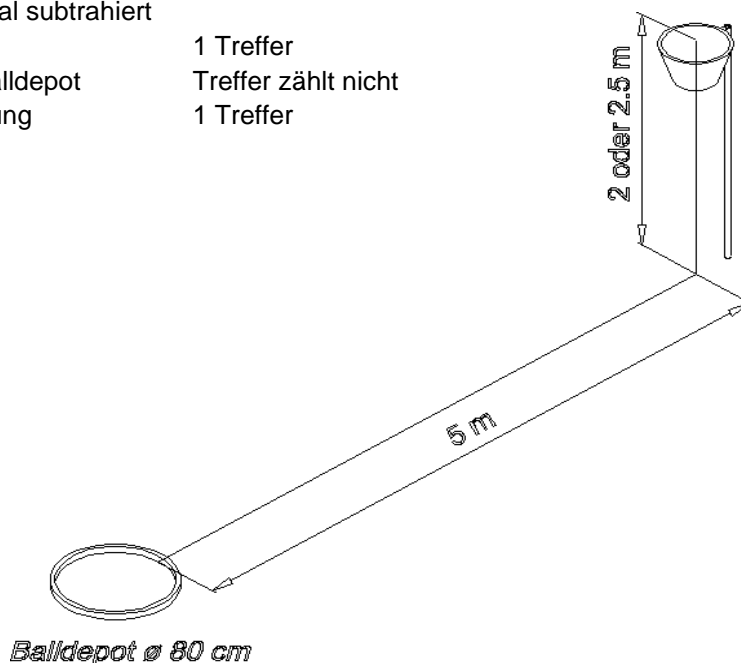
Die Sportlerinnen und Sportler dürfen den Ball erst nach dem Startkommando aus dem Depot nehmen. Dann laufen sie zum Korb, werfen und laufen zurück. Dort kann der nächste Ball aus dem Balldepot genommen werden, wieder nach vorne gelaufen, geworfen und zurückgelaufen werden usw.

Hilfe: Die geworfenen Bälle werden von 3 nicht im Wettkampf stehenden Teilnehmenden ins Balldepot zurückgebracht. Die Zeit wird ab 55 Sekunden laut gezählt.

Wertung: Jeder in den Korb (ohne Basketballbrett) getroffene Ball ergibt einen Treffer. Treffer via Korbrand gelten als direkt. Ein bei 60 Sekunden abgegebener Ball zählt noch.

Abzüge: Werden vom Treffertotal subtrahiert

- | | |
|-----------------------------------|---------------------|
| • je Fehlstart | 1 Treffer |
| • je Ball nicht aus dem Balldepot | Treffer zählt nicht |
| • Rütteln an Korbeinrichtung | 1 Treffer |



Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 1 Korb (ohne Basketballbrett) • 4 Volleybälle • 1 Balldepot: Gymnastikreifen Ø 80 cm (bis ca. 5 cm hoch zusammengeklebt) • 1 Stoppuhr und 1 Signalpfeife • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Zeit (Lead) • 1 Person Zählen pro Bahn • 1 Person für Resultaterfassung

2.2.10. Slalomlauf

Versuch: 1

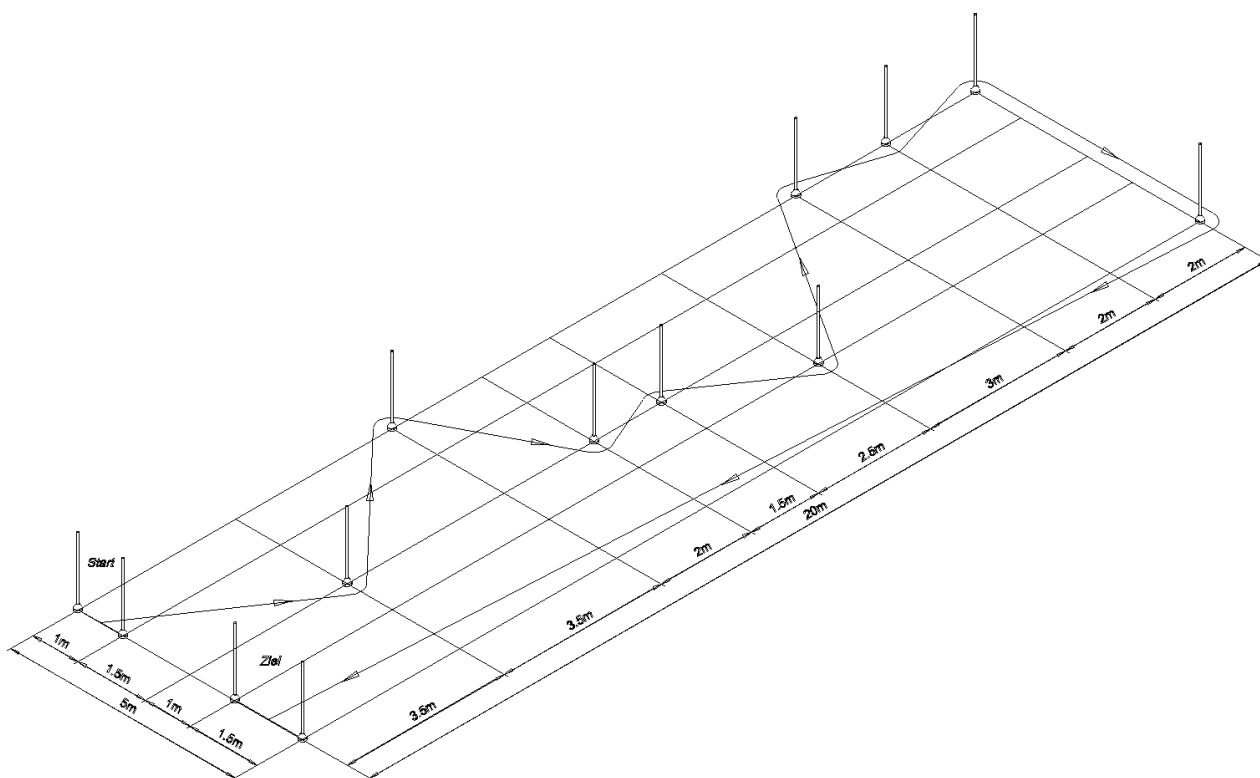
Anlage: 5 x 20 m / Halle, Hartplatz oder Rasenfläche

Malstäbe gemäss Skizze. Das Schuhwerk richtet nach den Weisungen des Organisors (in Wettkampfausschreibung erwähnt).

Ausführung: Startkommando: „Auf die Plätze“ – „Fertig“ – Startsignal. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein. Es dürfen keine Starthilfen verwendet werden.

Strafen: Werden auf die Zeit addiert:

- Fehlstart 2 Sekunden
- Umwerfen eines Malstabes 1 Sekunde
- Falsches Umgehen oder Auslassen eines Malstabes 4 Sekunden



Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • Halle, Hartplatz oder Rasenfläche ca. 8 x 25 m • 13 Malstäbe • 1 Stoppuhr 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Zeit (Lead) • 1 Person Unterstützung • 1 Person für Resultaterfassung

2.2.11. Hindernislauf Einzelwettkampf

Versuch: 1

Anlage: Halle, Hartplatz oder Rasen

Anlage auf Volleyballfeld gemäss Skizze. Bei Starts in der Halle richtet sich das Schuhwerk nach den Weisungen der Hallenverwaltung.

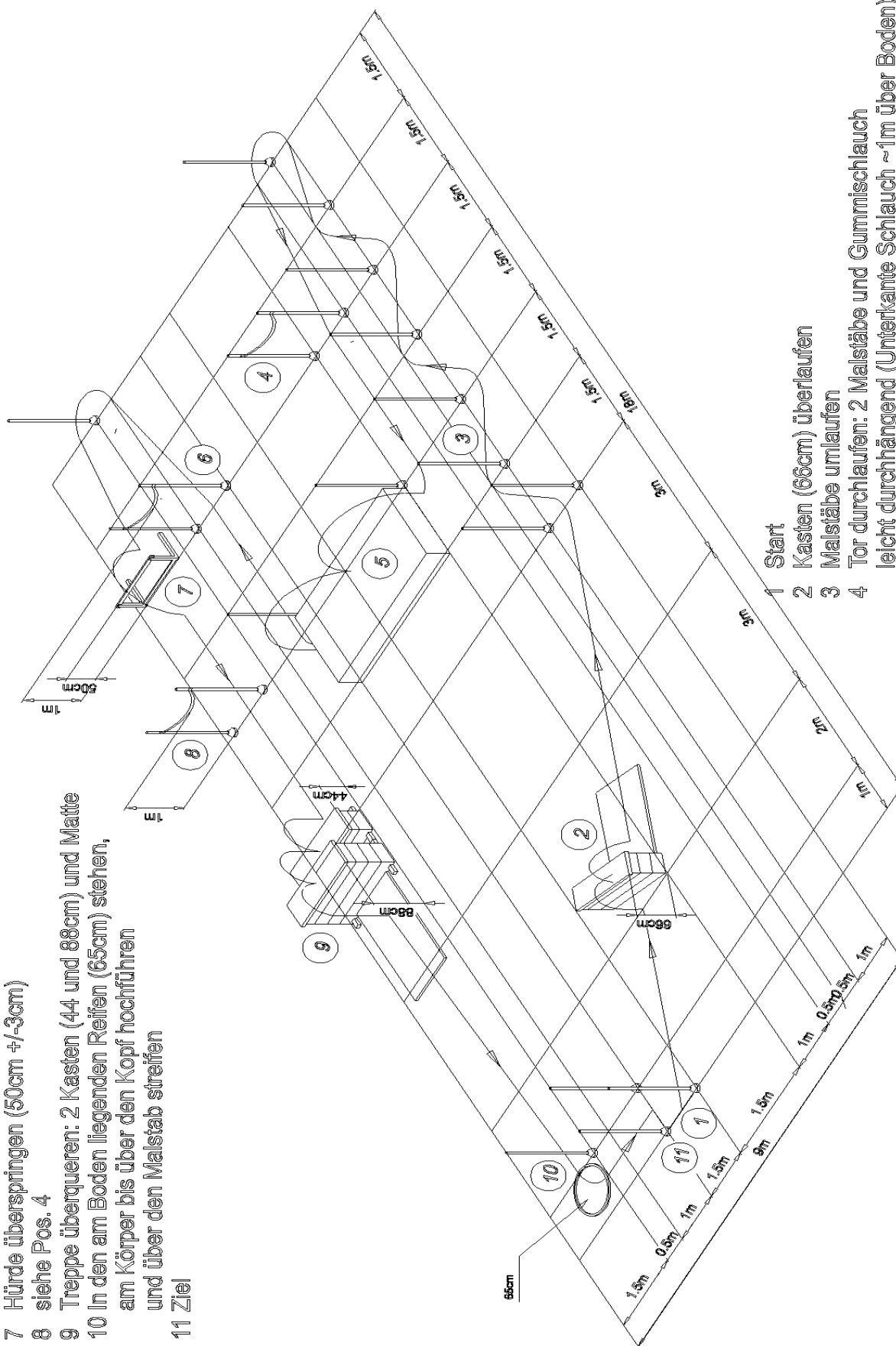
Ausführung: Startkommando: „Auf die Plätze“ – „Fertig“ – Startsignal. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein. Es dürfen keine Starthilfen verwendet werden. Die Zeit ist vom Startsignal bis zur Überschreitung der Linie 11 (Ziel) zu stoppen.

Zeit-Zuschläge:

- Fehlstart 2 Sekunden
- je Hindernisfehler (Umfallen Pfosten / Hürde) 2 Sekunden
- Umgehen oder Auslassen eines Hindernisses 4 Sekunden
- Hindernis 10 (Reifen): Nicht Aufnehmen des Reifens 4 Sekunden
- Hindernis 10 (Reifen): Reifen nicht über den Malstab streifen 2 Sekunden

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • Halle, Hartplatz oder Rasenfläche (Anlage auf Volleyballfeld) • 21 Malstäbe • 3 Gummischläuche • 1 Hürde 50 cm • 2 Matten (dünne) • 1 Matte (dicke) 300 x 150 x 40 cm) • 1 Gymnastikreif • 3 Schwedenkasten • 1 Stoppuhr • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Zeit (Lead) • 2 Personen Kontrolle • 1 Person für Resultaterfassung

- 6 siehe Pos. 4
- 7 Hürde überspringen (50cm +/-3cm)
- 8 siehe Pos. 4
- 9 Treppe überqueren: 2 Kasten (44 und 88cm) und Matte
- 10 In den am Boden liegenden Reifen (65cm) stehen, am Körper bis über den Kopf hochführen und über den Malstab streifen
- 11 Ziel



- 1 Start
- 2 Kasten (66cm) überlaufen
- 3 Malstäbe umlaufen
- 4 Tor durchlaufen: 2 Malstäbe und Gummischlauch leicht durchhängend (Unterkante Schlauch ~1m über Boden)
- 5 Matte überlaufen (ca. 300x150x40cm)

3. Gruppenwettkampf

3.1. Allgemeine Bestimmungen (Kategorien, Disziplinen, Auswertung)

Am Gruppenwettkampf sollen alle Teilnehmenden in den Wettkampf integriert werden, die Koordination obliegt den Jugileitenden. Eine Gruppe besteht aus 6 – 8 Personen. Gestartet wird in jeder Disziplin mit 6 Teilnehmenden. Beim Gruppenwettkampf bestreitet jede Gruppe jede Disziplin aus dem Wettkampfangebot des Organisations. Pro Verein können mehrere Gruppen für den Gruppenwettkampf angemeldet werden, jedoch darf der einzelne Teilnehmer nur in einer Gruppe starten (keine Doppeleinsätze) und darf die Gruppe nach dem ersten Start nicht mehr wechseln. Unvollständige Gruppen können dem Organisator gemeldet werden, welcher unvollständige Gruppen selbst zusammenstellt.

3.1.1. Kategorien

Im Gruppenwettkampf gibt es drei Alterskategorien (nach Jahrgang):

- 7-9 Jährige
- 10-12 Jährige
- 13-16 Jährige

Die Jahrgänge werden in der Ausschreibung bekanntgegeben. Es gibt eine Rangliste für Mädchenteams und eine Rangliste für Knabenteams. Altersübergreifende Gruppen werden in der ältesten der gemeldeten Kategorien gewertet, gemischte Geschlechter-Gruppen werden in die Knabenwertung aufgenommen.

3.1.2. Disziplinen

Sofern keine andere Absprache mit dem RV erfolgt, gibt der Organisator das Disziplinenangebot bis spätestens im Dezember vor dem Jugitag bekannt. Die detailliertere Wettkampfausschreibung erfolgt bis Ende Februar vor dem Jugitag. Darin wird auch die Wettkampfpfplatzbeschaffenheit und das Wettkampfmateriale bekanntgegeben.

Es sind so viele Disziplinen wie möglich anzubieten, aber mindestens eine Disziplin pro Disziplinengruppe „Messbar“ und „Polysportiv“. Die Auswahl der Disziplinen richtet sich nach den örtlichen Gegebenheiten. Der Organisator kann zusätzlich auch Disziplinen aus der Disziplinengruppe "Weitere" durchführen, wenn dies die Zeit und Örtlichkeiten erlauben.

		Alterskategorien		
Kategorien	Mädchen (M)	7 - 9	10 - 12	13 - 16
	Knaben (K)	7 - 9	10 - 12	13 - 16
Disziplinengruppe	Disziplin			
Messbar	Hindernislauf	x	x	x
	Pendelstafette	x	x	x
Polysportiv	Ballathlon	x	x	x
	Polystafette	x	x	x
	Seilziehen	x	x	x
Weitere	Dreieckball	x	x	x
	Keulen stehlen	x	x	x

Die Wettkampfvorschriften der einzelnen Disziplinen sind im Kapitel 3.2 zu finden.

3.1.3. Auswertung

Aus allen Gruppenwettkampfdisziplinen gibt es am Schluss eine Gesamtrangliste nach Rangpunkten. Die Regionalstafette zählt nicht hinzu. Bei gleicher Punktzahl liefert die Disziplin Hindernislauf oder Pendelstafette den Stichentscheid. Wird beides durchgeführt, gilt die Pendelstafette als die Stichdisziplin.

3.1.4. Details

Nagelschuhe mit max. 6 mm Dornen sind zugelassen, sofern der Organisator in der Wettkampfausschreibung nichts anderes vermerkt hat. Die Serieneinteilung und die Reihenfolge, in der die Teilnehmenden starten, werden vom Organisator bestimmt.

3.2. Wettkampfbestimmungen Gruppenwettkampf

3.2.1. Hindernislauf Gruppenwettkampf

Versuch: 1

Anlage: Halle, Hartplatz oder Rasen

Anlage auf Volleyballfeld gemäss Skizze. Bei Starts in der Halle richtet sich das Schuhwerk nach den Weisungen der Hallenverwaltung.

Gruppe: Es wird mit 6 Teilnehmern gestartet.

Ausführung: Startkommando: „Auf die Plätze“ – „Fertig“ – Startsignal. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein. Es dürfen keine Starthilfen verwendet werden. Die Zeit ist vom Startsignal bis zur Überschreitung der Linie 11 (Ziel) zu stoppen. Die nächste Person darf starten, wenn die vorher gestartete Person die Linie 11 (Ziel) überschritten hat.

Zeit-Zuschläge:

- Fehlstart 2 Sekunden
- je Hindernisfehler (Umfallen Pfosten / Hürde) 2 Sekunden
- Umgehen oder Auslassen eines Hindernisses 4 Sekunden
- Hindernis 10 (Reifen): Nicht Aufnehmen des Reifens 4 Sekunden
- Hindernis 10 (Reifen): Reifen nicht über den Malstab streifen 2 Sekunden

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • Halle, Hartplatz oder Rasenfläche (Anlage auf Volleyballfeld) • 21 Malstäbe • 3 Gummischläuche • 1 Hürde 50 cm • 2 Matten (dünne) • 1 Matte (dicke) 300 x 150 x 40 cm) • 1 Gymnastikreif • 3 Schwedenkasten • 1 Stoppuhr • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Zeit (Lead) • 2 Personen Kontrolle • 1 Person für Resultaterfassung

3.2.2. Pendelstafette

Anlage: 60 m auf Rasenplatz oder Tartanbahn. Mindestbreite von 1.20m pro Bahn. Es wird empfohlen, mehrere Bahnen nebeneinander aufzustellen (Wettkampf gegeneinander).

Gruppe: Es wird mit 6 Personen gestartet, 3 auf jeder Seite. Die startende und letzte Person starten auf derselben Seite (Strecke wird 2x absolviert).

Ausführung: Startkommando: "Auf die Plätze" – "Fertig" – Startsignal. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein. Stabübergabe nach 60 m, wobei der Stafettenstab jeweils um den Malstab herumgeführt werden muss. Jeder Teilnehmer läuft die Strecke zweimal (hin & später zurück)

Zeitzuschläge:

- | | |
|--|------------|
| • Fehlstart | 2 Sekunden |
| • Stabfehler (Stab nicht um den Malstab geführt) | 2 Sekunden |
| • Werfen des Stafettenstabes | 5 Sekunden |

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • Rasenfläche • X Bahnen • X Bündeli (Jeder Schlussläufer trägt ein Bündeli) • X Stoppuhren • X Stafettenstäbe • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • X Personen für Zeit • X Personen für Kontrolle • 1-2 Personen für Resultaterfassung

3.2.3. Ballathlon

- Anlage:** Der Zielring mit 80 cm Durchmesser befindet sich 4m (Alterskategorie 7 - 9) oder 5m (Alterskategorie 10 - 12 und 13 - 16) hinter dem Abwurfbalken. Es werden Tennisbälle (80 g) verwendet. Die Bälle liegen 9m hinter dem Abwurfbalken im Balldepot. Auf der Laufstrecke befinden sich zwei Hürden (Höhe 0.6 m) und ein Schlauch (Höhe 0.85 m). Zusätzlich befinden sich 2 Pylonen (oder andere Markierstäbe) bei 5 m und 8 m, welche rechts neben der Laufstrecke aufgestellt werden (Siehe Skizze). Sie markieren eine Strafrunde.
- Spielgerät:** Tennisbälle
- Gruppe:** Es wird mit 6 Personen gestartet.
- Spieldauer:** 3 Minuten. Die letzten 10 Sekunden werden von den Helfenden laut runter gezählt.
- Ausführung:** Startkommando: „Auf die Plätze“ – „Fertig“ – Startsignal. Das Startzeichen kann ein Pfiff, eine Sirene, der Wortlaut „Los“ oder Ähnliches sein. Die erste Person nimmt einen Tennisball aus dem Balldepot, überspringt die beiden Hürden und rennt in einer 8er-Schleife unter dem Hindernis mit dem Schlauch hindurch bis zum Abwurfbalken. Der Ball wird dann in den Zielring geworfen. Anschliessend rennt die Person auf direktem Weg zurück und übergibt per Handschlag um den Malstab herum der nächsten Person. Erst dann darf die nächste Person einen Ball nehmen und starten. Die Person stellt sich hinten in der Reihe an.
- Strafrunden:** Vor der Ballabgabe müssen alle Hindernisse vollständig und ohne Fehler passiert sein. Fällt eine Hürde oder das Hindernis mit dem Schlauch um, muss nach Absolvieren des dritten Hindernisses (Hindernis mit Schlauch) pro «Fehler» eine Strafrunde gerannt werden (max. 3 Strafrunden). Erst dann darf die Person zum Abwurfbalken und den Tennisball werfen.
- Wertung:** Jeder direkt in den Ring geworfene Ball ergibt 1 Treffer. Von der Rückwand zurückprallende Bälle zählen ebenfalls als Treffer. Bodenschüsse oder Schüsse aus dem Hindernisparcours heraus werden nicht gezählt.

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 1 Rasenfeld, Halle oder Hartplatz ca. 5 x 10 m • 1 Stoppuhr • 1 Gymnastikreifen Ø 80 cm evtl. mit Fangnetz • 1 Abwurfbalken 10 cm x 10 cm x 2 m lang • 1 Balldepot (Höhe max. 30 cm) → Empfehlung: Kiste mit kleinem Gegenstand unterlegen, damit Kiste schräg steht und die Bälle in der Kiste immer nach vorne zum Athleten rollen • 80 Tennisbälle • 2 Hürden (0.6 m hoch, ca. 1 m breit) • 1 Gummischlauch • 3 Malstäbe • 2 Pylonen oder ähnliche Markierungsstäbe • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Person Zeit (Lead) • 1 Person Zählen • 1 Person für Resultaterfassung • 1 Person Wiederaufbau Hindernisse • 1 Person für Sammeln der Bälle während Wettkampf

3.2.4. Polystafette

Anlage: Die Stafette hat eine Länge von 700 – 1'000 m zu betragen.

Der Organisator entscheidet sich für sechs der acht vorgegebenen Teilstrecken und kann diese betreffend Distanz und Reihenfolge nach Belieben und den gegebenen Örtlichkeiten zusammenstellen.

Der Organisator gibt die endgültige Version seiner Polystafette bis im Dezember vor dem Wettkampf bekannt.

Zwischen den 6 Teilstrecken sind die jeweiligen Wechselzonen sichtbar markiert.

Gruppe: Es wird mit 6 Teilnehmern gestartet (pro Streckenabschnitt eine Person).

Ausführung: Jeder Läufer absolviert nacheinander seinen Streckenabschnitt und übergibt in der Wechselzone einen Spielbändel an das nächste Gruppenmitglied.

Bei Teilstrecken mit einem Hilfsmittel muss die ganze Strecke damit absolviert werden.

Wertung: Die Zeitmessung der Gruppe stoppt beim Überqueren der Ziellinie durch den Schlussläufer mit dem Spielband seiner Gruppe.

Auswahl für Teilstrecken:

- Sack hüpfen
- Crossstrecke (Laufstrecke über Kies, Treppen, Sand, Hindernisse, ...)
- Pendellauf (z.B. 3 x 20 m, Gegenstände vom einen Ort zum andern bringen)
- Pedalo fahren
- Kickboard fahren
- normaler Lauf
- Topfstelzen / Laufdosen
- Berg- oder Tal-Lauf

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • Spielbändel pro Gruppe • Material nach Auswahl der Teilstrecken • Markierungsmaterial (Laufweg muss sichtbar sein) • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • mind. 1 Person/Teilstrecke • 1 Person Zeitmessung • 1 Person für Resultaterfassung

3.2.5. Seilziehen

Anlage: Rasenfeld – ca. 10 m x 3 m

Der Abstand der Feldmarkierung zur Mittellinie beträgt auf beiden Seiten 3 m.

Spielgeräte: 10m Seil (Seilzieh-Seil). Mittelmarkierung in Rot.

Schuhe: keine Bergschuhe, keine Spikes, nicht barfuss

Gruppe: Es wird mit 6 Personen gestartet, die nicht ausgewechselt werden dürfen

Spieldauer: ist dem Organisator überlassen

Ausführung: Bereitschaft: Seil liegt auf dem Fuss.

- "Seil auf": Seilzieherinnen & Seilzieher ergreifen das Seil.
- "Spannen": Seil spannen. Die Schiedsrichterin / der Schiedsrichter prüft, ob Mittelmarkierung am Seil auf der Mittellinie ist.
- "Bereit": Seilzieherinnen & Seilzieher nehmen Ziehposition ein
- "Pull": Seilzieherinnen & Seilzieher ziehen

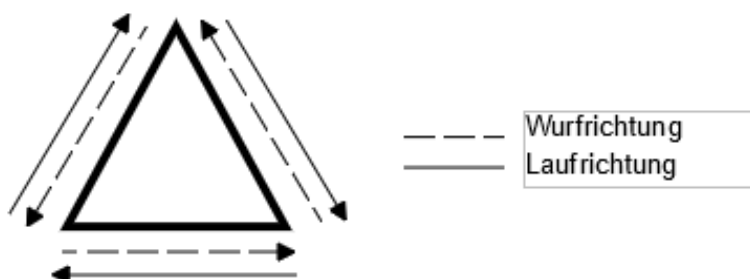
Gewonnen ist ein Zug, wenn die Mittelmarkierung am Seil über die Feldmarkierung (3 m) gezogen wurde. Nach dem ersten Duell werden die Seiten gewechselt. Sprich: Pro Partie wird immer zweimal gegen dieselbe Gruppe gezogen.

Wertung: Zwei Siege ergeben 3 Punkte, ein Sieg ergibt 1 Punkt und zwei Niederlagen ergeben 0 Punkte.

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • dickes Seil (10 m) • Mittelmarkierung am Seil rot • Feldmarkierungen (Mitte + bei je 3 m auf beiden Seiten) • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Schiedsrichterin / Schiedsrichter • 1 Person für Resultaterfassung

3.2.6. Dreieckball

- Spielfeld: Gleichseitiges Dreieck (Halle, Hartplatz oder Rasen)
 7 – 9 Jährige 3 m Seitenlänge
 10 – 12 Jährige 5 m Seitenlänge
 13 – 16 Jährige 5 m Seitenlänge
- Spielgerät: Handball
- Gruppe: Es wird mit 6 Personen gestartet
- Spieldauer: 2 x 1 Minute, dazwischen 1 Minute Pause
- Ausführung: An jeder Ecke stehen zwei Personen hintereinander. Der Ball wird mit einer Hand oder beiden Händen nach rechts gespielt, danach wird nach links gelaufen. Der Ball muss von der Ecke aus geworfen und gefangen werden. Die Person, welche den Ball nicht fängt, holt den Ball selber und geht an ihren Platz zurück. Das Spiel geht da weiter, d.h. sie wirft den Ball nach rechts ab und läuft links weg. Bodenpässe zählen nicht.
- Wertung: Gezählt werden die Anzahl gefangener Bälle. Das heisst jeder direkte Fang ergibt 1 Punkt. Wird der Ball nicht gefangen, gibt es keinen Punkt und das Spiel geht weiter. Wird die Dreieckskonstruktion nach innen übertreten oder rechts oder links übertreten beim Werfen oder Fangen, ergibt es 1 Strafpunkt.



Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 1 Handball • 1 Dreieck à 3 Dachlatten Seitenlänge 3m / 5m • 1 Pfeife • 1 Stoppuhr • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Schiedsrichterin / Schiedsrichter • 3 Disziplinhelfende • 1 Person für Resultaterfassung

3.2.7. Keulen stehlen

Spielfeld: 34 x 5 m (Halle, Hartplatz oder Rasen)

Korbhöhe: 7 – 9 Jahre 2.0 m Korbhöhe
 10 - 12 & 13 – 16 Jahre 2.5 m Korbhöhe

Spielgeräte: 6 Volleybälle pro Gruppe + 30 Keulen

Gruppe: Es wird mit 6 Personen gestartet

Spieldauer: 3 Minuten (ohne Wechsel). Ausnahme: Wenn eine Gruppe vor Ablauf der Spielzeit keine Keulen mehr hat.

Siegsteam: Diejenige Gruppe, welche nach Ablauf der Spielzeit am meisten Keulen hat. Oder wenn vor Ende der Spielzeit die andere Gruppe keine Keule mehr hat.

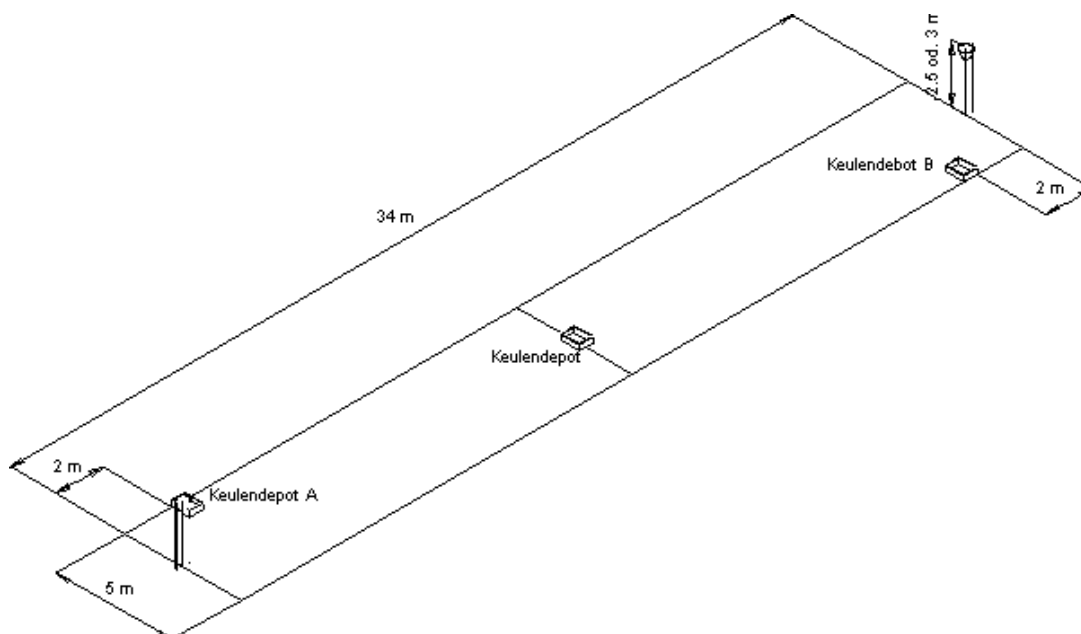
Aufstellung: Die 6 Personen verteilen sich im Halbkreis um den Korb. Jede Gruppe hat 6 Volleybälle.

Ausführung: Es darf nur im Spielfeld auf den Korb geworfen werden. Die Bälle werden nacheinander in den Korb geworfen. Jede Person wirft selber und muss ihren Ball selber zurückholen. Es gibt keine zusätzliche Person, die den Bällen nachspringt.

Bei einem Treffer holt die werfende Person eine Keule aus dem Keulendepot, welches auf der Spielfeldmittellinie steht und legt die Keule in das auf ihrer Seite dafür aufgestellte Keulendepot. Hat es im Korb auf der Spielfeldmittellinie keine Keulen mehr, bedient man sich bei der anderen Gruppe, d.h. aus dem Keulendepot der gegnerischen Mannschaft.

Wertung: Bei Spielende werden die Keulen im eigenen Depot gezählt. Pro Keule gibt es ein Punkt.

Hinweis: Dieses Spiel ist sehr zeitintensiv und wird idealerweise in einer Turnierform gespielt.



Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • 2 Korbballständer • 6 Volleybälle • 30 Keulen • 3 Keulendepots (Körbe, Harassen etc.) • 1 Stoppuhr • 1 Signalpfeife • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 Schiedsrichterin / Schiedsrichter • 2 Disziplinhelfende • 1 Person für Resultaterfassung

4. Regionalstafette

4.1. Allgemeine Bestimmungen (Kategorien, Disziplinen, Auswertung)

Die Regionalstafette wird separat gewertet. Pro Verein ist eine Mädchengruppe und eine Knabengruppe startberechtigt. Die Rangierung erfolgt nur in den Kategorien Mädchen / Knaben ohne Altersunterscheidung. Es starten 8 Kinder / Jugendliche pro Gruppe. Die Gruppe stellt sich aus den besten Läuferinnen / Läufer des Vereins zusammen. Die Gruppenbildung obliegt der Koordination der Jugileitenden der Vereine. Es gibt keine Unterscheidung der Alterskategorien. Gemischte Gruppen sind zu vermeiden. Um eine Gruppe zu vervollständigen, dürfen Mädchen bei den Knaben starten, aber nicht umgekehrt.

4.2. Wettkampfbestimmungen

Versuch: 1

Gruppengrösse: 8 Personen, 4 auf jeder Seite

Die erste und letzte Person startet auf der gleichen Seite.

Anlage: 60 m auf Rasenplatz

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

Ausführung: Stabübergabe nach 60 m, wobei der Stafettenstab jeweils um den Malstab herumgeführt werden muss. Jeder Person läuft die Strecke 2x (hin & zurück)

Zeitzuschläge:

- Fehlstart 2 Sekunden
- Stabfehler (Stab nicht um den Malstab herumführen) 2 Sekunden
- Werfen des Stafettenstabes 5 Sekunden

Materialliste	Bedarf an Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> • Rasenfläche • X Bahnen • X Spielbänder (Jeder Schlussläufer trägt ein Spielband) • X Stoppuhren • X Stafettenstäbe • Schreibmaterial 	<ul style="list-style-type: none"> • X Personen für Zeit • X Personen Kontrolle • 1-2 Personen für Resultaterfassung

5. Wertungstabellen

Die nachfolgenden beiden Tabellen zeigen auf, welche Leistungen für die Maximalpunktzahl von 900 erforderlich ist und die Formel für die Punkteberechnung. Auf der Webseite der SUS (unter Jugitag) ist eine Wertungstabelle zu finden, mit welcher die Punktzahl bestimmt werden kann (genaue Resultate durch Formel berechnen!). Alle Resultate werden durch die Formel automatisch auf ganze Punktzahlen gerundet.

5.1. Wertungstabelle Knaben

Disziplin	Resultat Maximalpunktzahl	Formel
60m	7.32 s	RUNDEN(6.30895*(14.6-X)^2.5;0)
80m	9.29 s	RUNDEN(3.80423*(18.2-X)^2.5;0)
1'000m	2:37.48 (157.48s)	RUNDEN(0.006823291*(325.82-X)^2.3;0)
Hindernislauf	14.28 s	RUNDEN(0.4896532*(34.5-X)^2.5;0)
Slalomlauf	12.09 s	RUNDEN(3.79667*(21-X)^2.5;0)
Kugelstossen 5kg	16.01 m	RUNDEN(82.49199*(X-1.785)^0.9;0)
Kugelstossen 3kg	16.01 m	RUNDEN(82.49199*(X-1.785)^0.9;0)
Ballwurf 200g	77.92 m	RUNDEN(19.191528*(X-6)^0.9;0)
Weitsprung	6.88 m	RUNDEN(136.0829*(X-1.303)^1.1;0)
Hochsprung	1.98 m	RUNDEN(732.1667*(X-0.75069);0)
Seilspringen	251 Sprünge	RUNDEN(0.95*1.40902*(X-0.243667)^1.178939;0)
Ballzielwurf 4m	72 Treffer	RUNDEN(4.3204307 *(X-0.07649581)^1.24909151;0)
Ballzielwurf 5m	61 Treffer	RUNDEN(5.3394586 *(X-0.07721983)^1.2484309;0)
Korbeinwurf 2m	25 Treffer	RUNDEN(28.77084 *(X-0.06395536)^1.0713525;0)
Korbeinwurf 2.5m	23 Treffer	RUNDEN(30.99342*(X-0.0082)^1.08;0)

5.2. Wertungstabelle Mädchen

Disziplin	Resultat Maximalpunktzahl	Formel
60m	7.80 s	RUNDEN(7.48676*(14.6-X)^2.5;0)
80m	9.96 s	RUNDEN(4.22443*(18.5-X)^2.5;0)
1'000m	2:54.20 (174.20s)	RUNDEN(0.006914056*(341.57449-X)^2.3;0)
Hindernislauf	15.81 s	RUNDEN(1.488839*(32-X)^2.3;0)
Slalomlauf	12.16 s	RUNDEN(3.556917*(22.19-X)^2.4;0)
Kugelstossen 3kg	15.35 m	RUNDEN(83.43507*(X-1.305)^0.9;0)
Ballwurf 200g	59.49 m	RUNDEN(24.63917*(X-5)^0.9;0)
Weitsprung	5.76 m	RUNDEN(171.7738*(X-1.25)^1.1;0)
Hochsprung	1.71 m	RUNDEN(942.6993*(X-0.75056)^1;0)
Seilspringen	246 Sprünge	RUNDEN(0.95*1.002879*(X-0.210633)^1.244578;0)
Ballzielwurf 4m	67 Treffer	RUNDEN(4.418921*(X-0.06789656)^1.269137;0)
Ballzielwurf 5m	58 Treffer	RUNDEN(5.348555*(X-0.0799415)^1.267991;0)
Korbeinwurf 2m	23 Treffer	RUNDEN(28.962353*(X-0.002382329)^1.100259;0)
Korbeinwurf 2.5m	21 Treffer	RUNDEN(31.863326*(X-0.001225863)^1.101374;0)

6. 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 beim Regionalverband oder der Sport Union Schweiz mitgeteilt werden.

Anpassungen an diesem Reglement werden von der Planungskonferenz genehmigt. Das vorliegende DOK wurde an der Planungskonferenz am 25. Oktober 2025 genehmigt, tritt per 1. November 2025 in Kraft und ersetzt das frühere DOK 13.1 (Ausgabe März 2025).