

## Unternehmungen

### Grössere Spiel- und Sportanlässe im Lager wie:

- Olympiaden
- Spielturniere
- grössere Wettkämpfe
- Spielfeste

sind Unternehmungen: Die LagerteilnehmerInnen werden möglichst weit in die Vorbereitungen einbezogen mit Gruppenaufträgen, Teilverantwortungen, Übernahme von Einzelbereichen. Neben der Vorbereitung und Leitung der sportlichen Tätigkeit (Spielbetrieb im Grümpeltturnier, Streckenverlauf im Quer-durch XY-Lauf ...) und den damit zusammenhängenden Aufgaben (Ranglisten, Zeitmessung, Organisation bei Start/Ziel ...) gehört auch die Rahmenorganisation zur Unternehmung (Verpflegung, Beschilderung/Beflaggung, Rangverkündigung/Abschluss ...). Mit der Arbeitsweise der Unternehmung können viele verschiedenartige Fähigkeiten und unterschiedliche Aufgabenstellungen zum gemeinsamen Erlebnis beitragen, so dass jeder als Mitspieler/Mitläufer und gleichzeitig als Mit-Funktionär den spielerisch-sportlichen Teil und den Rahmen des Gesamtanlasses mittragen und miterleben kann.

### **Du als LeiterIn**

- bist Koordinator und Organisator
- Du berätst die Gruppen, denen Du Teilaufgaben in Vorbereitung und Leitung übertragen hast.
- Du planst nur das Notwendige. Betreibe keine Selbstzweckorganisation, die TeilnehmerInnen müssen aktiv sein können.

Die TeilnehmerInnen müssen möglichst lange spielen und Sport treiben können. Vermeide daher nur kurzfristige Einsätze.

<b>Inhalt:</b>	<b>Seiten</b>
Wettkampfgestaltung .....	2 + 3
Olympiaden.....	4 + 5
Fitnessfarm .....	6 + 7
Sporttag/Leichtathletik Mehrkampf .....	8 + 9
Hindernislauf .....	10
Staffette .....	11
Grümpeltturnier.....	12
Reglement Grümpeltturnier.....	13
Turnierpläne.....	14
Spielfest.....	15 + 16

# Wettkampfgestaltung / Zeitmessung

## Wettkampf Zeitmessung

- \* Anlass gut vorbereiten
- \* Teilnehmer genau informieren
- \* Zeitmessung sauber, exakt
- \* Teilnehmer genau instruiert
- \* Rahmen muss stimmen  
(Garderoben, Duschen, Verpfl.)
- \* Zeitplan mit Startzeiten

## Gute Wettkampferlebnisse

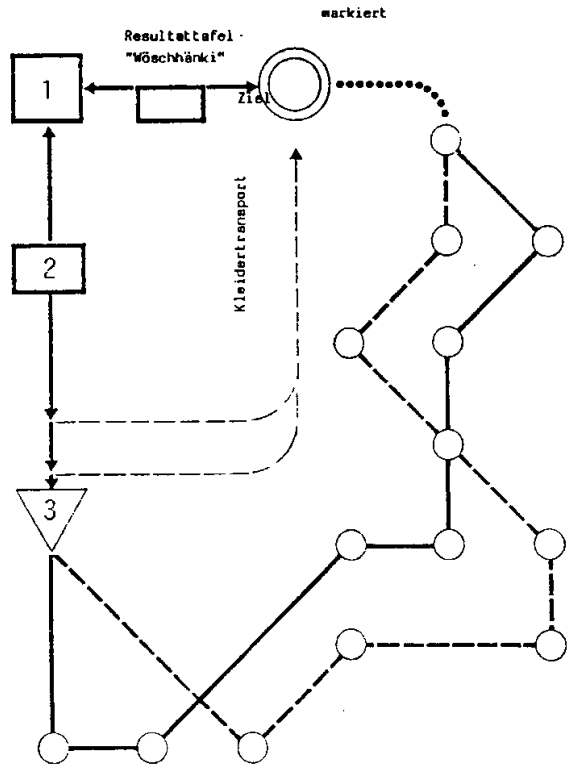
- + Jeder kann möglichst lange mitmachen
- + Jeder hat möglichst viel Bewegung.
- + Die Anforderungen sind für alle gleich.
- + Gleichwertige Gegner in gleiche Kategor.
- + Wettbewerb: Einzel? Partner? Gruppe?
- + Stellenwert der Siegerehrung / Rangliste?

## Organisationsschema einer einfachen Laufanlage

- ① **Wettkampfcentrum**  
Besamlung  
Garderobe/Dusche  
Startnummernabgabe  
Abgabe Postenbe-  
schreibungen
- ② **Vorstart**  
Kartenabgabe  
Kontrollkarte  
Abzeichnen von:  
Start/Ziel  
Kartenkorrekturen  
Einlaufgebiet  
Kleiderdepot  
Abruf zum Zeitstart
- ③ **Zeitstart**  
Wettkampfbeginn  
Karte mit Bahn  
Postenübertragung

## WK - Checkliste

- Teilnehmerinfoblatt/-plakat
- Laufkarte
- OL-Karte
- WK-Gelände: Zentrum
- WK-Gelände: Vorstart, Startordner
- WK-Gelände: Zieleinlauf
- WK-Gelände: Auswertung, Büro
- WK-Gelände: Bahnlegen, OL aushängen
- WK-Gelände: Materialrücknahme/-ausgabe
- Info-Stand
- Wöschhäki
- Wertungstabelle
- Garderobe, Dusche
- Materialliste
- Zeitmessung (Zweifach..)
- Zeitplan, Startliste
- Reglement, Spielregeln
- Verpflegung: Essen, Getränk
- Siegerehrung: Preise
- Rangliste
- Sanität, Apotheke, Eis
- Zeitnehmer-/Helferliste



# Wettkampfgestaltung

## Gruppenlaufkarte

Bei gleichzeitiger Gruppen- und Einzelwertung eignet sich folgende Laufkarte:

RAND ZUM UMBIEGEN UND HEFTEN FÜR SCHNELLRANGLISTE							
NAME STATION	REGULA	RUEDI	LISBETH	MARIANNE	THURI	BENI	GRUPPE SPEEDER
1. ZIELWURF							
2. SACKHÜPFEN							
3. SLALOM							
PUNKTETOTAL							
RANG							

Eignung für Wettkämpfe wie Olympiade, "Spiel ohne Grenzen", Fitness-Farm etc, bei denen verschiedene Disziplinen oder Posten durchlaufen werden.

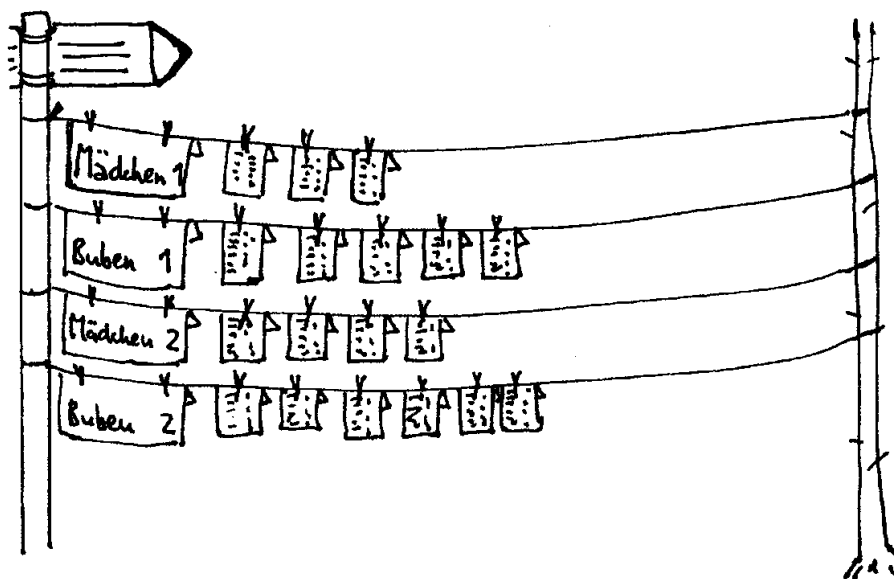
Sie erlaubt eine sehr rasche Auswertung auch bei sehr vielen Teilnehmern.

Jeder Postenchef trägt laufend die Resultate ein. Bei der letzten Station werden die Einzelresultate und das Gruppenresultat zusammengezählt.

Das "Rechnungsbüro" schneidet nur noch die Karten in Streifen und reiht sie auf der "Wöschhänki" ein.

Bei verschiedenen Kategorien verschieden farbige Laufkarten verwenden!

## Wöschhänki



Sie zeigt immer den aktuellen Stand des Wettkampfes an. Wenn eine Gruppe am Ziel eintrifft oder alle Disziplinen gemacht hat, wird ihre Laufkarte gleich auf der Leine eingereiht.

Das System erspart ein Rechnungsbüro, das erst am Schluss zu arbeiten beginnen kann und damit unerwünschte Wartezeit vom Wettkampfschluss bis zur Rangverkündigung braucht.

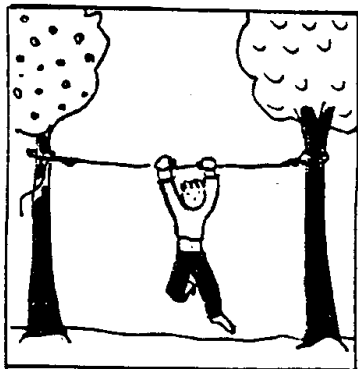
An mehreren Leinen übereinander können für verschiedene Kategorien die Ranglisten gebildet werden.

Auf der Leine kann man die Karten mit Wäsche- oder Heftklammern befestigen oder den obern Rand umbiegen und mit einer Bostitchklammer festmachen.

## Lagerolympiade

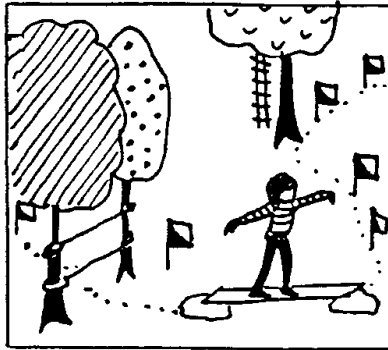
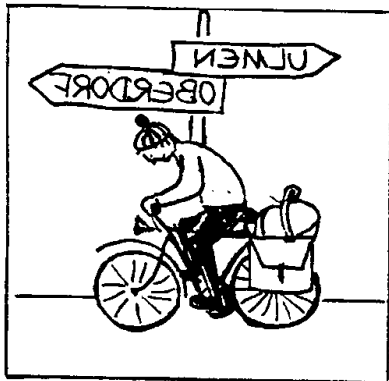
### Einkleidung

Wir können unsere Lager-Olympiade unter ein Thema stellen:  
Olympische Spiele, Grümpeltourier, Spiel ohne Grenzen, Tellstafette usw.  
Weil es sich um einen sportlichen Wettkampf handelt, wollen wir auch den äusseren Rahmen so gestalten: Startnummern, Getränkeauschank gegen Gutscheine, Sonnenschirme für Zeitmessung, Disziplinen anschreiben, Resultate-Tafeln, Gruppenleibchen, Schiedsrichter erhalten Resultatblätter mit **Kartonunterlage** und Bleistift, Stoppuhren beschaffen, Rangverkündigung mit Podium.



### Programm

Immer sportliche und Gag-Disziplinen, Kraft und Geschicklichkeit, Ausdauer und Köpfcchen zum Zuge kommen lassen.  
Möglichst bei der Vorbereitung, Messung usw. die Lagerteilnehmer mitreden lassen. Keine Organisation für sie, sondern mit ihnen! Sie können allenfalls auch die Wettkämpfe gruppenweise ausdenken und aufbauen.  
Auf Gefahren und Unfälle achten! Schon bei der Auswahl der Disziplinen.  
Die Umgebung, vorhandenes Material einbeziehen. Spielen mit dem Vorhandenen! Neben Einzelwettkämpfen auch Gruppenwettkämpfe einbauen, z. B. Seilziehen usw. Gruppengrösse und Gruppenzusammensetzung beachten. Ideal sind 5-6 Teilnehmer.



### Bewertung

Gruppen- oder Einzelwertung, je nach dem, was die Teilnehmer vorziehen. Keine Starleistungen sondern eher Gruppengemeinschaften fördern!  
Alle Disziplinen müssen bewertbar sein. Wertung vorher ausprobieren. Achtung: Nichts ändern während des Spiels, sonst gibt es endlose Einsprachen.  
Die Wertung muss immer so sein, dass das Maximum erreicht werden kann. Statt 0 Punkte eher 10 Punkte geben, das spornt an. Alle Disziplinen sollten gleich bewertet werden. Nicht zu leichte! An jedem Posten müssen Wertung und Punktzahlen angegeben sein. Spielregeln genau erklären und ausprobieren lassen. Genau festlegen, wieviele Versuche gestattet sind. Allenfalls «Joker» setzen lassen. Daher sollten die Spiele vorher geübt werden, oder sie können durch die Lagerteilnehmer selbst aufgebaut werden. Das hilft Freizeitprobleme lösen. Das Zeitnehmen und Messen muss geübt werden. Die wenigsten können das.



### Ideen für Disziplinen

**Schiessen:**  
Bogenschiessen, Weitwurf, Pfeilwerfen, Zielwurf, Büchsenwerfen, Speerwurf, Armbrust.

**Kegeln:**  
Steinkegeln, Steincurling.

**Wasserspiele:**  
Rudern, Flössen, Schwimmen, Hindernisschwimmen, Hindernislauf im Bach, Harassrudern, Schwimmen mit Kerzen in Pflanze.

**Hindernislauf:**  
Wasser mitnehmen, Sackgumpen, Blachenschlauch, Rad-Quer, Anseilen, mit Stosskarrette, mit Veloanhänger, im Haus.

**Radfahren:**  
Cross, Figurenfahren, Geschicklichkeitsfahren, Kunstfahren.

**Lauf:**  
Dreibeinlauf, Waldlauf/Cross, Stelzen, Marathon, Hüpfen (Stalom, Figuren), römisches Wagenrennen.

**Chilbi:**  
Balken nageln, Schleuder, Flasche fischen.

**Fahren:**  
Dreirad, Rollschuhe, Trottinett, Stosskarrette, Schlitteln.

**Ballspiele:**  
Ballslalom (Fussball), Zielschuss (Fussball), Ballturnier.

**Seilziehen:**  
mit Abwarten (Hände auf dem Rücken).

**Klettern:**  
Baumklettern, Hangeln an Leiter, Tauklettern.

**Fass:**  
Fass rollen (darauf stehen, mit Inhalt rollen, Slalom).

**Leichtathletik:**  
Hochsprung, Weitsprung, 50-Meter-Lauf, Dreisprung.

**Sännehilbi:**  
Baum sägen auf Zeit, Unspunnenstein stossen, Baum werfen, Ring werfen.

**Kraftsport:**  
Backsteine umschichten

# Wasserolympiade

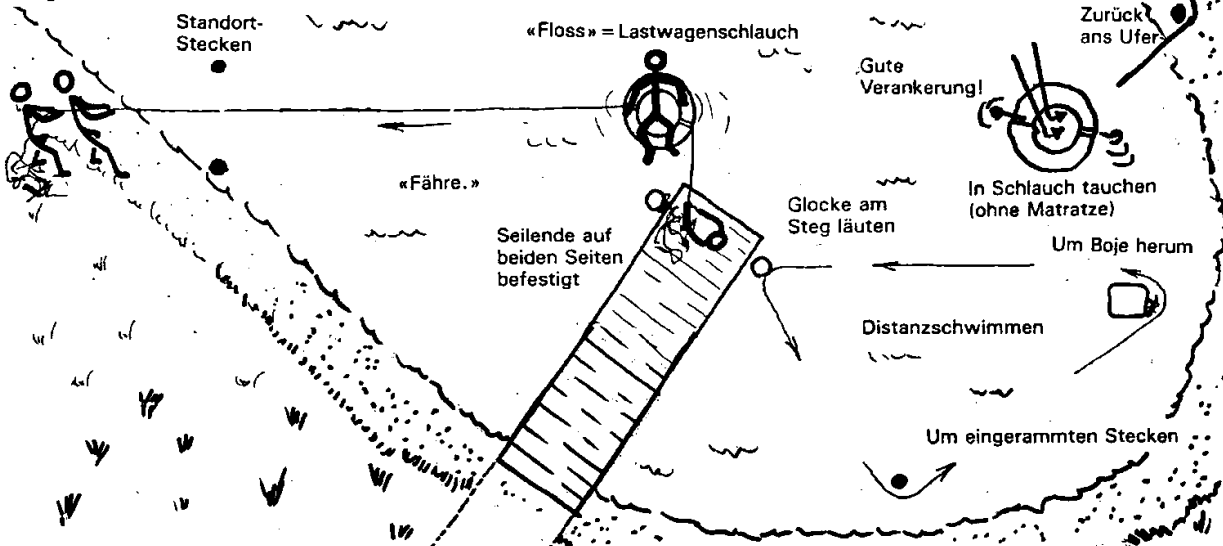


## Stationen/Posten

- Geh-Parcours im seichten Wasser: Ein Karton muss auf Zeit trocken über die Runde gebracht werden.
- Zeitzuschlag für Wasserspritzer auf dem Karton.
- Gutscheine Tauchen: In einer festgelegten Zeit müssen angemalte Steine aus dem stehtiefen Wasser geholt werden. Nach Anzahl der ertauchten Steine werden Getränkegutscheine verteilt.
- Stelzenparcours in Ufernähe.
- Zielwurf schwimmend aus dem Wasser in Boot.

## Wichtig:

Sicherheitsmassnahmen treffen. Ein gleiches Bewertungssystem für alle Stationen. (Probendurchgang, um Bewertungsskala anzupassen.) Pro Station immer gleich viel Zeit zur Verfügung stellen. Postenwechsel mit Gongschlag oder Glocke angeben. Nach dem Wettkampf beaufsichtigtes freies Baden. In dieser Zeit kann ausgewertet werden.



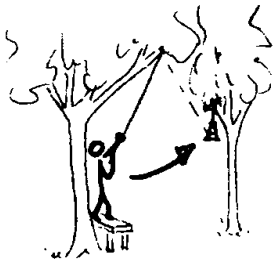
# Schneelympiade





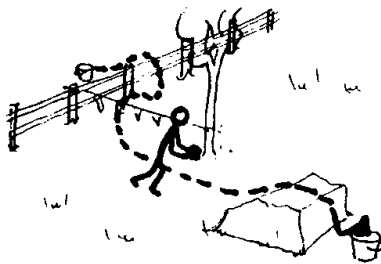
# Beispiel für Anlage

«Glöckner von Notre-Dame»



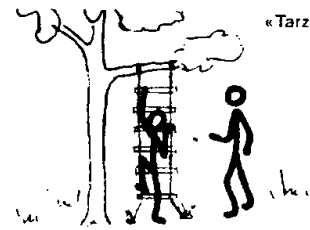
während 2 Min. möglichst oft an Seil schwingend die Glocke anstossen (Einzelresultate)

«Wasserträger»



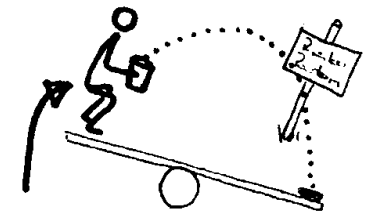
in 4 Min. mit Bechern möglichst viel Wasser aus Kessel A in Kessel B schaffen, über Hindernisse (Gruppenresultat)

«Tarzan»



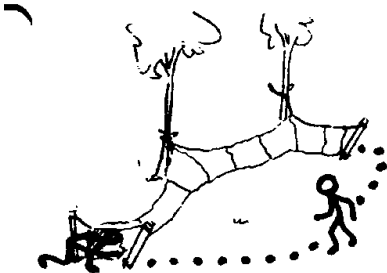
während 4 Min. so oft als möglich an Strickleiter über Ast und wieder hinunter klettern (Gruppenresultat)

«Haus in Chübel»



3 Min. auf Kippbrett springen und hochgeschleuderten Tannzapfen in Kübel auffangen (3-fache Anlage, Einzelresultat)

«Schlauch»

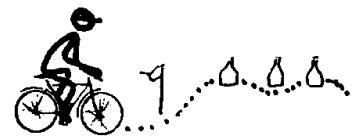


während 4 Min. möglichst oft durch Schlauch aus zusammengeknöpften Blachen kriechen (Gruppenresultat)



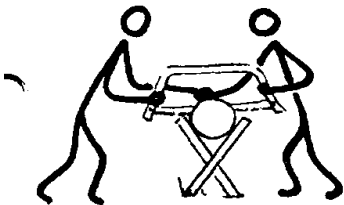
Spiel-Leiter

«Tour de Suisse»



Velo-Geschicklichkeitsparcours: pro Fehler 1 Pt. Abzug, Einzelwertung, evtl. parallele Pisten

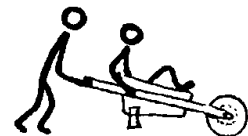
«Holzfäller»



während 3 Min. möglichst viele Scheiben von gleichmässig dicken Ästen absägen (mehrere Sägen! Einzelresultate)

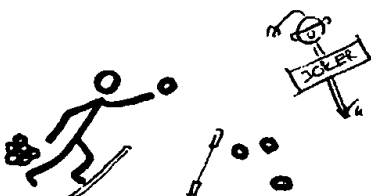
Posten	Gruppen													
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	K	L	M	N	O
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
total														

«Schubkarren-Rallye»



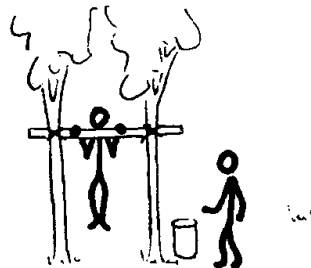
den Postenchef im Schubkarren über Parcours fahren: Anzahl Runden pro Gruppe (evtl. 2 Zugseile am Schubkarren)

«Unspinnen»



in 3 Min. möglichst viele Steine über Marke hinausstossen (rollen verboten); am Schluss Summe der Abstände von jedem Stein zu Würfmarke messen (Gruppenresultat)

«Klimm-Klamm»



Klimmzüge/Beugehang (Konditionstest J + S); altes Wasserrohr an Bäumen befestigt (Einzelwertung: Wertungstabelle K-Test verwenden, Resultat div. durch 10)

...Finde 1000 andere Posten-Ideen!

Wald-Slalom auf Zeit:

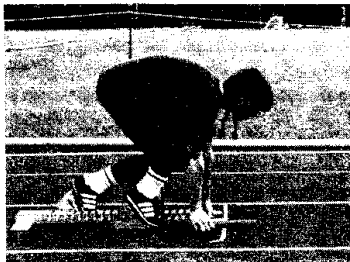


(Einzel- oder Gruppenwertung) evtl. auch mit der Aufgabe, ein Gruppenmitglied zu tragen

## Sporttag/Leichtathletik Mehrkampf

Eine Punktwertungstabelle erlaubt, aus verschiedenen Disziplinen eine Gesamtrangliste zu erstellen. Die Leistungen in den verschiedenen Disziplinen, gemessen in m, Min. usw., werden durch die Punktwertungstabelle in einem einheitlichen und damit vergleich- und kombinierbaren Punktesystem ausgedrückt.

Damit sind Sporttage mit einer Gesamtrangliste aus mehreren Disziplinen möglich.



Punkte	60 m	80 m	600 m	5x80 4x100 m	Weit	Hoch	Kugel 3 kg	Kugel 4 kg	Ball 80 g	Ball 200 g	Punkte
100	7,5	9,7	1:33,3	49,4	5,79	1,65	12,16	11,40	74,92	52,38	100
99			1:33,8	49,6	5,74	1,64	12,02	11,28	73,88	51,72	98
98	7,6	9,8	1:34,2	49,8	5,69	1,63	11,88	11,14	72,88	51,08	98
97			1:34,7	49,9	5,64	1,62	11,74	11,00	71,86	50,44	97
96		9,9	1:35,1	50,1	5,59	1,61	11,60	10,88	70,86	49,80	96
95	7,7		1:35,6	50,3	5,54	1,60	11,46	10,74	69,86	49,16	95
94		10,0	1:36,1	50,5	5,49	1,58	11,34	10,62	68,88	48,52	94
93	7,8		1:36,6	50,7	5,44	1,57	11,20	10,48	67,90	47,90	93
92		10,1	1:37,1	50,8	5,39	1,56	11,06	10,36	66,92	47,28	92
91			1:37,5	51,0	5,34	1,55	10,92	10,22	65,96	46,66	91
90	7,9	10,2	1:38,0	51,2	5,30	1,54	10,80	10,10	65,00	46,04	90
89			1:38,5	51,4	5,25	1,52	10,66	9,98	64,04	45,42	89
88	8,0	10,3	1:39,0	51,6	5,20	1,51	10,52	9,84	63,10	44,82	88
87			1:39,6	51,8	5,15	1,50	10,40	9,72	62,16	44,22	87
86		10,4	1:40,1	52,0	5,10	1,49	10,26	9,60	61,22	43,62	86
85	8,1		1:40,6	52,2	5,06	1,48	10,14	9,48	60,30	43,02	85
84		10,5	1:41,4	52,4	5,01	1,47	10,00	9,36	59,38	42,42	84
83	8,2	10,6	1:41,6	52,6	4,96	1,45	9,88	9,24	58,48	41,84	83
82			1:42,2	52,8	4,92	1,44	9,74	9,12	57,56	41,26	82
81		10,7	1:42,7	53,0	4,87	1,43	9,62	8,98	56,68	40,68	81
80	8,3		1:43,3	53,2	4,83	1,42	9,50	8,88	55,78	40,10	80
79		10,8	1:43,8	53,4	4,78	1,41	9,38	8,76	54,90	39,52	79
78	8,4		1:44,4	53,6	4,73	1,40	9,24	8,64	54,02	38,96	78
77		10,9	1:45,0	53,8	4,69	1,39	9,12	8,52	53,16	38,40	77
76	8,5	11,0	1:45,5	54,0	4,64	1,38	9,00	8,40	52,30	37,84	76
75			1:46,1	54,2	4,60	1,37	8,88	8,28	51,44	37,28	75
74		11,1	1:46,7	54,4	4,55	1,35	8,76	8,18	50,60	36,74	74
73	8,6		1:47,3	54,6	4,51	1,34	8,64	8,06	49,76	36,18	73
72		11,2	1:47,9	54,8	4,46	1,33	8,52	7,94	48,92	35,64	72
71	8,7	11,3	1:48,5	55,0	4,42	1,32	8,40	7,84	48,10	35,10	71
70			1:49,1	55,2	4,38	1,31	8,28	7,72	47,28	34,58	70
69	8,8	11,4	1:49,7	55,5	4,33	1,30	8,16	7,62	46,46	34,04	69
68			1:50,3	55,7	4,29	1,29	8,06	7,50	45,66	33,52	68
67	8,9	11,5	1:51,0	55,9	4,25	1,28	7,94	7,40	44,86	33,00	67
66		11,6	1:51,6	56,1	4,20	1,27	7,82	7,28	44,06	32,48	66
65	9,0		1:52,3	56,4	4,16	1,26	7,70	7,18	43,28	31,96	65
64		11,7	1:52,9	56,6	4,12	1,25	7,60	7,08	42,50	31,46	64
63	9,1	11,8	1:53,6	56,8	4,08	1,24	7,48	6,96	41,74	30,94	63
62			1:54,2	57,0	4,03	1,23	7,38	6,86	40,98	30,44	62
61	9,2	11,9	1:54,9	57,3	3,99	1,22	7,26	6,76	40,22	29,96	61
60		12,0	1:55,6	57,5	3,95	1,21	7,16	6,66	39,48	29,46	60
59	9,3	12,1	1:56,3	57,7	3,91	1,20	7,04	6,54	38,72	28,96	59
58			1:57,0	58,0	3,87	1,19	6,94	6,44	38,00	28,48	58
57	9,4	12,2	1:57,7	58,2	3,83	1,18	6,84	6,34	37,26	28,00	57
56	9,5	12,3	1:58,4	58,5	3,79	1,17	6,72	6,24	36,54	27,52	56
55		12,4	1:59,2	58,7	3,75	1,16	6,62	6,14	35,84	27,06	55
54	9,6		1:59,9	59,0	3,70	1,15	6,52	6,04	35,12	26,58	54
53		12,5	2:00,7	59,2	3,66	1,14	6,42	5,96	34,42	26,12	53
52	9,7	12,6	2:01,4	59,5	3,62	1,13	6,32	5,86	33,74	25,66	52
51		12,7	2:02,2	59,7	3,58	1,12	6,22	5,76	33,04	25,20	51



# Unternehmungen

## Kategorien bilden und...

An einem Sporttag sind die TeilnehmerInnen meistens verschieden alt. Die untenstehende Wertungstabelle darf nur zum Leistungsvergleich unter Gleichaltrigen und unter Buben und Mädchen gebraucht werden. Man muss also Kategorien nach Alter und Geschlecht bilden.

## ...eine Kategorienrangliste erstellen

Man darf auch nicht eine Gesamtrangliste erstellen, indem man entweder den Jüngeren "Vorteilpunkte" gibt, was ihre Resultate verbessern würde, oder den Älteren "Handicap-Punkte". Ein solches System ist in jedem Fall willkürlich und damit unfair!

Punkte	60 m	80 m	600 m	5x80 4x100 m	Weit	Hoch	Kugel 3 kg	Kugel 4 kg	Ball 80 g	Ball 200 g	Punkte
50	9,8		2:03,0	1:00,0	3,55	1,11	6,10	5,66	32,38	24,74	50
49	9,9	12,8	2:03,7	1:00,2	3,51	1,10	6,00	5,56	31,70	24,30	49
48		12,9	2:04,5	1:00,5	3,47	1,09	5,90	5,48	31,04	23,86	48
47	10,0	13,0	2:05,3	1:00,7	3,43	1,08	5,80	5,38	30,38	23,42	47
46		13,1	2:06,2	1:01,0	3,39	1,07	5,70	5,28	29,72	22,98	46
45	10,1		2:07,0	1:01,3	3,35	1,06	5,60	5,20	29,08	22,54	45
44	10,2	13,2	2:07,8	1:01,5	3,31	1,05	5,52	5,10	28,44	22,12	44
43		13,3	2:08,7	1:01,8	3,28	1,04	5,42	5,02	27,82	21,70	43
42	10,3	13,4	2:09,5	1:02,1	3,24	1,03	5,34	4,92	27,20	21,28	42
41	10,4	13,5	2:10,4	1:02,4	3,20	1,02	5,24	4,84	26,58	20,86	41
40		13,6	2:11,3	1:02,6	3,16	1,01	5,14	4,76	25,98	20,46	40
39	10,5	13,7	2:12,2	1:02,9	3,13	1,00	5,06	4,66	25,38	20,04	39
38	10,6	13,8	2:13,1	1:03,2	3,09	0,99	4,96	4,58	24,78	19,64	38
37	10,7	13,9	2:14,0	1:03,5	3,05	0,98	4,88	4,50	24,20	19,24	37
36		14,0	2:15,0	1:03,8	3,02	0,97	4,78	4,42	23,62	18,84	36
35	10,8	14,1	2:15,9	1:04,1	2,98	0,96	4,70	4,32	23,04	18,46	35
34	10,9	14,2	2:16,9	1:04,4	2,94	0,95	4,60	4,24	22,48	18,08	34
33	11,0	14,3	2:17,8	1:04,7	2,91	0,94	4,52	4,16	21,92	17,68	33
32		14,4	2:18,8	1:05,0	2,87		4,44	4,08	21,36	17,30	32
31	11,1	14,5	2:19,8	1:05,3	2,84	0,93	4,34	4,00	20,82	16,94	31
30	11,2	14,6	2:20,8	1:05,6	2,80	0,92	4,26	3,92	20,28	16,56	30
29	11,3	14,7	2:21,9	1:05,9	2,77	0,91	4,18	3,84	19,74	16,20	29
28		14,8	2:22,9	1:06,2	2,73	0,90	4,10	3,76	19,22	15,84	28
27	11,4	14,9	2:24,0	1:06,5	2,70	0,89	4,02	3,68	18,70	15,48	27
26	11,5	15,0	2:25,1	1:06,8	2,66	0,88	3,94	3,62	18,20	15,12	26
25	11,6	15,1	2:26,2	1:07,1	2,63	0,87	3,86	3,54	17,70	14,78	25
24	11,7	15,2	2:27,3	1:07,5	2,60	0,86	3,78	3,46	17,20	14,42	24
23	11,8	15,3	2:28,4	1:07,8	2,56		3,70	3,38	16,70	14,08	23
22		15,4	2:29,6	1:08,1	2,53	0,85	3,62	3,32	16,24	13,74	22
21	11,9	15,6	2:30,7	1:08,5	2,50	0,84	3,54	3,24	15,76	13,42	21
20	12,0	15,7	2:31,9	1:08,8	2,46	0,83	3,46	3,18	15,28	13,08	20
19	12,1	15,8	2:33,1	1:09,1	2,43	0,82	3,40	3,10	14,82	12,76	19
18	12,2	15,9	2:34,3	1:09,5	2,40	0,81	3,32	3,04	14,38	12,44	18
17	12,3	16,0	2:35,6	1:09,8	2,36	0,80	3,24	2,96	13,92	12,12	17
16	12,4	16,2	2:36,8	1:10,2	2,33		3,16	2,90	13,48	11,80	16
15	12,5	16,3	2:38,1	1:10,5	2,30	0,79	3,10	2,82	13,06	11,50	15
14	12,6	16,4	2:39,4	1:10,9	2,27	0,78	3,02	2,76	12,64	11,20	14
13	12,7	16,6	2:40,7	1:11,2	2,24	0,77	2,96	2,70	12,22	10,90	13
12	12,8	16,7	2:42,1	1:11,6	2,21	0,76	2,88	2,62	11,80	10,60	12
11	12,9	16,8	2:43,4	1:12,0	2,18	0,75	2,82	2,56	11,40	10,30	11
10	13,0	17,0	2:44,8	1:12,3	2,15	0,74	2,74	2,50	11,00	10,02	10
9	13,1	17,1	2:46,3	1:12,7	2,11		2,68	2,44	10,62	9,74	9
8	13,2	17,3	2:47,7	1:13,1	2,08	0,73	2,62	2,38	10,22	9,46	8
7	13,3	17,4	2:49,2	1:13,5	2,05	0,72	2,56	2,32	9,86	9,18	7
6	13,4	17,6	2:50,6	1:13,9	2,02	0,71	2,48	2,26	9,48	8,90	6
5	13,5	17,7	2:52,2	1:14,2	1,99	0,70	2,42	2,20	9,12	8,64	5
4	13,6	17,9	2:53,7	1:14,6	1,97		2,36	2,14	8,76	8,38	4
3	13,8	18,0	2:55,3	1:15,0	1,94	0,69	2,30	2,08	8,42	8,12	3
2	13,9	18,2	2:56,9	1:15,4	1,91	0,68	2,24	2,02	8,08	7,86	2
1	14,0	18,4	2:58,5	1:15,9	1,88	0,67	2,18	1,96	7,74	7,60	1

## Gruppenlaufkarte als vereinfachendes Hilfsmittel

Du kannst die TeilnehmerInnen in Gruppen starten lassen und dabei die Gruppenlaufkarte einsetzen. (Siehe nächste Seite.)

Wenn die TeilnehmerInnen in allen Gruppen zur gleichen Kategorie gehören oder wenn die Gruppen aus TeilnehmerInnen verschiedener Kategorien gleichwertig zusammengesetzt sind, kannst Du die Gruppen in einer Gruppenrangliste miteinander vergleichen. In allen anderen Fällen lässt sich nur die Einzelwertung nach Kategorien aufgeteilt anwenden.

## Organisationssysteme

- Die TeilnehmerInnen oder die Gruppen wählen die Reihenfolge der Disziplinen nach Belegung der Anlagen selbst. Die Punktwertung erlaubt es, aus mehreren Disziplinen eine bestimmte Anzahl auswählen zu lassen.

- Rotationssystem (Zeitplan aufstellen, Wartezeiten organisieren)

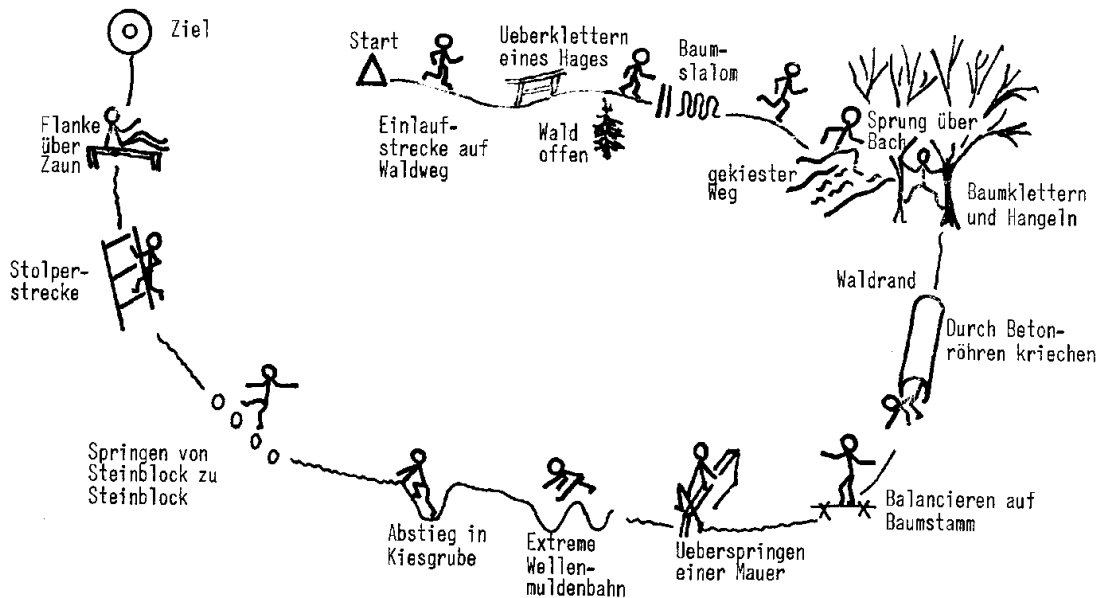
- Die Disziplinen werden blockweise ausgetragen. Gruppenmeisterschaften wie Ballspiele, Tauziehen überbrücken die Wartezeiten und ergänzen die Einzelwertung.

Andere/weitere Wertungstabellen findest Du in:

- Leiterhandbuch J+S "Fitness"
- Leiterhandbuch J+S "Leichtathletik"
- Broschüre J+S "Konditionstest"
- Turnen und Sport in der Schule, Bd. 6 "Leichtathletik"

## Hindernislauf

### Beispiel einer Anlage



### Die Gesamtanlage...

- .. muss ganz klar bezeichnet / ausgeflaggt sein.
- .. sollte zwingend sein, d.h. Abkürzungen dürfen nichts einbringen.
- .. muss von Start/Ziel aus in der ganzen Länge eingesehen werden können. Sonst Kontrollposten stellen. Am besten die Strecke in eine Kiesgrube entlang einem Waldrand, in eine Waldlichtung usw. legen..
- .. sollte so angelegt sein, dass nicht ein einzelnes Hindernis rangentscheidend wird.
- .. muss zwischen den einzelnen Hindernissen so viel Laufstrecke haben, dass man sich vom letzten Hindernis gedanklich lösen und auf das folgende einstellen kann.
- .. sollte abwechslungsreich und interessant sein.

### Die einzelnen Hindernisse...

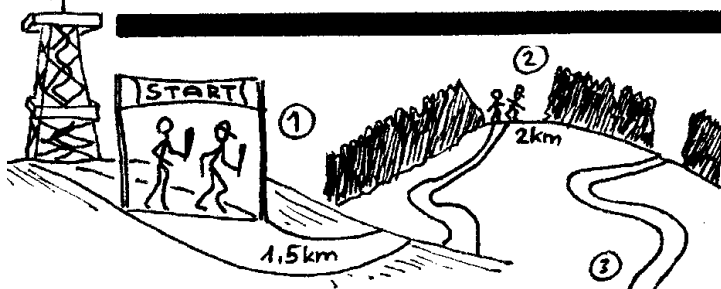
- .. müssen sicher sein (kein Wackeln, Sturzräume vorsehen). daran denken, dass die meisten Unfälle bei Hindernisläufen geschehen.
- .. dürfen sich im Lauf des Wettkampfes nicht verändern z.B. glitschig werden, sich bewegen, umfallen, d.h. sie müssen immer gleich schwierig sein.

- .. sollte so angelegt sein, dass bei richtiger Ausführung ihre Ueberwindung am wenigsten Zeit beansprucht.
- .. dürfen nicht so angelegt sein, dass der Zufall mitspielt.
- .. sollten eher natürliche, sich aus dem Gelände ergebende Aufgaben sein, und keine komplizierten Gags.
- .. müssen einfach zu begreifen sein, so dass die Geschicklichkeit zählt und nicht das Gedächtnis.

### Tips

- Gruppenaufträge: einen Teil der Bahn austecken / aufbauen / bezeichnen.
- Neu aufgebaute Hindernisse als angewandte Pioniertechnik.
- Bahn einige Tage vorher aufstellen und die Teilnehmer üben lassen. Man kann die Strecke notfalls anpassen und Hindernisse ändern, die Teilnehmer lernen sie gut kennen. Das verhindert nicht nur Unfälle, sondern ist auch eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung.
- Bevor ein Wettkampf angesetzt ist, in jedem Fall Gelegenheit zum mehrmaligen Ablaufen und Üben geben.
- Am Ziel eine Glocke anschlagen lassen, das erleichtert die Zeitmessung.

## Quer durch... Stafette



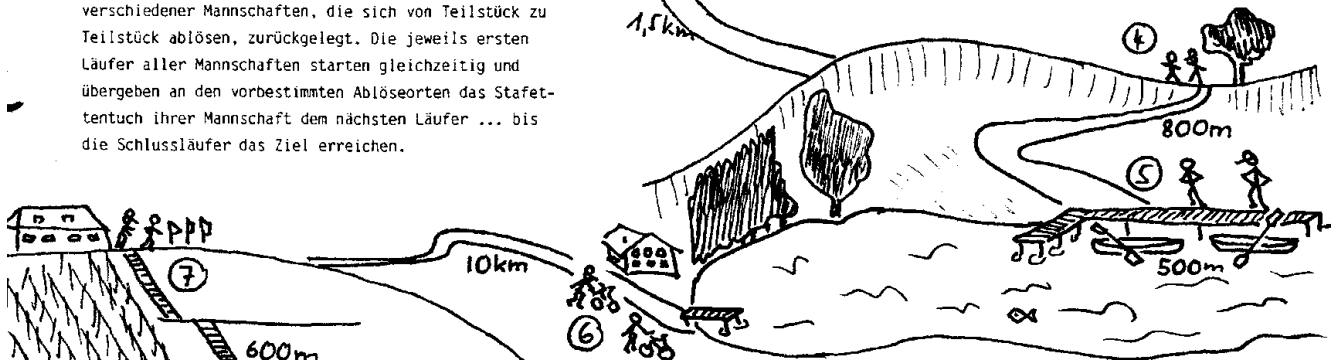
### Gesamtstrecke

Möglichst eindrucksvolle, lange Strecke (vom ....berg bis zum ....turm, Quer durch ....dorf, rund um den ....see, dem ....fluss entlang)

Eine Streckenführung in Schlaufen; die mehrmals über Start/Zielpunkt führen, bietet keine "eindrucksvolle" Länge, ist aber für die Zuschauer und nichtbeschäftigten Läufer interessanter, weil man mehr miterlebt.

### Idee

Eine bestimmte vorgegebene Strecke wird von Läufern verschiedener Mannschaften, die sich von Teilstück zu Teilstück ablösen, zurückgelegt. Die jeweils ersten Läufer aller Mannschaften starten gleichzeitig und übergeben an den vorbestimmten Ablöseorten das Stafettentuch ihrer Mannschaft dem nächsten Läufer ... bis die Schlussläufer das Ziel erreichen.



### Teilstrecken

So ansetzen, dass jeder einzelne Läufer eine ihm angemessene Leistung erbringen kann, die als ein wichtiger Beitrag zur gemeinsamen Mannschaftsleistung erscheint.

Verschieden anspruchsvolle und schwierige Strecken erlauben einer Gruppe mit verschieden altrigen und starken Teilnehmern, für alle eine angemessene Aufgabe zu finden.

Verschiedene Fortbewegungsarten für jede Teilstrecke: Laufen (bergauf, Tobellauf, Marathon), Velofahren, Rollschuh/-brett, Rudern/Boot, Schwimmen, Geländelauf (Querfeldein), Stelzen, Leiterwagen ... Keine allzu gesuchten Gags, das entwertet den Lauf!

### Mannschaften

Wenn alle Teilstrecken auf die gleiche Art gelaufen oder gefahren werden, kann man es auch den Mannschaften überlassen, wie sie die Gesamtstrecke unterteilen und auf ihre Läufer verteilen.

### Organisieren

- Streckenkarte und Teilstrecken, voraussichtlicher Zeitplan frühzeitig abgeben
- Streckenchefs bestimmen und instruieren
- Kleidertransport von Anfang bis Ende der Teilstrecken organisieren (vor allem im Winter!)
- "Sicherheits-Reserve", damit nicht der Läufer einer Mannschaft atemlos am Ende seiner Strecke ankommt und feststellen muss, dass aller Einsatz vergeblich war, weil der nächste Läufer seiner Mannschaft nicht erschienen ist...
- Wartezeit am Ziel (Tee, Zvieri ...) gestalten.



# Grümpelturnier

## Ein Grümpelturnier als Grossanlass

eignet sich besonders, wenn es auch für andere, als gerade die eigene Organisation veranstaltet wird, denn

- es ist publikumswirksam
- jeder ist gleichzeitig Mitspieler und Zuschauer, der als Fan seine Lieblingsmannschaft anfeuern kann
- es gibt eine spannende Wettbewerbstimmung mit Lautsprecher, Publikum, Duft vom Bratwurststand ...

## Ein Grossanlass kann das Trainieren anregen,

wenn er früh genug vorangekündigt wird und Regeln, Mannschaftseinteilung, Spielmodus ... bekannt sind. Sinnvoll ist es, eine gewisse Zeit vorher noch einen Freundschaftsmatch anzusetzen.



## Ein Grümpelturnier braucht auch andere als nur sportliche Vorbereitungen,

Mannschaftsleibchen drucken, Abzeichen machen, Ruf üben, Leiterwagen umbauen, der am Turnier gleichzeitig als Aufbewahrungsort für Trainerjacken, Frottiertuch, Getränke usw., aber auch als Treffpunkt und Sammelplatz gebraucht wird.

## Mannschaften

Da unsere Einheiten nicht genau die Grösse haben, wie man sie für die Mannschaftsspiele braucht, soll dafür gesorgt werden, das jeder mitspielen kann, indem Spieler ausgewechselt werden. Die Leiter achten darauf, dass schwächere und weniger begabte nicht einfach beiseite geschoben werden. 'Mitspielen (lassen) ist wichtiger als Siegen.' Andererseits sollen keine "fremde" Spieler eingeschmuggelt werden.

## Wahl des Spiels

In Grümpelturnieren wird üblicherweise eine einfachere Art von Fussball auf Kleinfeldern gespielt. Falls ein Ballspielturnier Tradition wird und es immer in der gleichen Spielart ausgetragen wird, sind die Favoriteneinheiten zum voraus bekannt. Das nimmt dem Turnier oft die Spannung und den Mannschaften mit weniger Chancen den Anreiz, sich einzusetzen. Daher sollte man die Spielart wechseln: In einem unbekannteren Spiel sind auch die Favoriten- und Verliererpositionen weniger vorgegeben. Als Sportarten eignen sich auch: Völkerball, Handball, Korbball, Indiaca, Unihoc usw.

## Spielfelder

Fussballfelder sind nur während der Schulferien verfügbar, daher kommen sie weniger in Frage. Bei freien Spielwiesen oder Allmenden, die man für einen solchen Anlass reservieren kann, stellt sich das Problem der Garderoben. Am besten ist es eine Schulsportanlage zu mieten mit Aussenanlagen, Spielwiesen und genügend Turnhallen, um bei schlechtem Wetter das ganze Turnier unter Dach austragen zu können. Wichtig ist eine frühzeitige Anfrage bei der betreffenden Schulbehörde.

## Regeln müssen allen bekannt sein

Von der Instruktion der Schiedsrichter hängt vieles ab. Um das Turnier am Schluss wirklich abschliessen zu können, und nicht noch auf unerledigte Rekursentscheide warten zu müssen, sollten Einsprachen gegen Schiedsrichterentscheide ausgeschlossen werden.

## Aufgabe der Einheitsführer

Die Leiter müssen sich am Turniertag ganz der Betreuung ihrer Mannschaften widmen können. Daher sollte man sie nicht als Schiedsrichter, Platzsprecher, Getränkestandverkäufer usw. einsetzen. Von den Leitern erwarten wir an jedem Wettkampfanlass eigentlich sich widersprechende Verhaltensweisen: Einerseits sollen sie ihre Mannschaften anfeuern und für einen Sieg begeistern. Andererseits sollten sie sich trotzdem für das Gelingen des ganzen Anlasses verantwortlich fühlen. Daher erwarten wir von ihnen, dass sie auch bei zweifelhaften Fällen ihre Schützlinge beruhigen und nicht aus Enttäuschung entstandene Vorwürfe über zweifelhafte Mannschaftszusammensetzungen und nicht gehandete Regelverstösse unterstützen.

## Reglement

Als Beispiel für ein Fussball-Grümpelturnier

### MANNSCHAFTEN

- Eine Mannschaft besteht aus 1 Torhüter und 5 Feldspielern.
- Während des Spiels dürfen maximal 3 Spieler ausgewechselt werden, welche aber zur Einheit gehören müssen. Eine Auswechslung muss vor dem Spiel durch den Captain dem Schiedsrichter gemeldet werden.
- Zwei Einheiten dürfen nicht zusammengelegt werden, um eine stärkere Mannschaft zu erhalten.
- Die Mannschaftsliste mit den Angaben über alle Mitglieder ist vollständig ausgefüllt vor dem ersten Spiel am Turniertisch abzugeben.

### AUSRÜSTUNG/TENU

- Jede Mannschaft trägt ein einheitliches Leibchen. Neben dem farbigen nimmt jeder Spieler ein weisses für den Fall mit, dass zwei Mannschaften die gleiche Farbe tragen. Eine Farbe ist für Schiedsrichter reserviert.
- Gespielt wird nur in Turn- oder Trainingsschuhen. Nicht erlaubt sind Fussballschuhe mit Nocken oder Stollen, Gummistiefel, Bergschuhe sowie barfuss spielen.

### SPIELMODUS

- Gespielt wird in Turniergruppen von 7-8 Mannschaften. Innerhalb der Gruppe spielt - wenn möglich - jedes Team gegen jedes. Die beiden Erstplatzierten jeder Gruppe qualifizieren sich für die Finalrunde.
- Der Spielplan wird vor dem Turnier jedem Captain abgegeben und beim Turniertisch angeschlagen.
  - Eine Mannschaft, die nicht, zu spät oder mit weniger als 5 Spielern antritt, verliert das Spiel 0:3 forfait.
  - Nach jedem Spiel melden beide Captains zusammen mit dem Schiedsrichter das erzielte Resultat am Turniertisch.
  - Sind nach Beendigung der der Gruppenspiele zwei Mannschaften punktgleich, so entscheiden in folgender Reihenfolge für die Finalqualifikation:
    - die direkte Begegnung
    - die Tordifferenz
    - ein Penaltyschiessen
- Sind 3 oder mehr Mannschaften punktgleich, so zählt nur die Tordifferenz. Ist diese gleich, wird der Finalist ausgelost.
- Die Finalrunde findet nach dem Cupsystem statt, wobei im Achtelfinal ein Gruppensieger gegen einen Gruppensieger antritt.

Endet ein Finalspiel unentschieden, so wird der Sieger im Penaltyschiessen ermittelt. Endet das Spiel um den 1. und 2. Platz unentschieden, so wird das Spiel um 5 Minuten verlängert. Steht auch dann noch kein Sieger fest, wird dieser im Penaltyschiessen ermittelt.

- Beim Penaltyschiessen schießen von jeder Mannschaft je drei Spieler einen Schuss. Steht nach drei Schüssen noch kein Sieger fest, wird abwechslungsweise von den übrigen Spielern aufs Tor geschossen, bis ein Sieger feststeht.

- Spielzeiten: Gruppenspiele 10 Minuten mit Seitenwechsel nach 5 Minuten, Finalspiele 14 Minuten mit Seitenwechsel nach 7 Minuten.



### SPIELREGELN

- Es wird nach den einfachsten Fussballregeln gespielt, d.h. ohne offside.
- Es wird auf Kleinfeldern gespielt. Tore, Spielfeldmarkierungen mit Sägemehl, Sechzehneraum und Penaltypunkt sind entsprechend angepasst.
- Der Torhüter darf den Ball innerhalb der Abgrenzung immer mit der Hand spielen.
- Der Anstoss darf erst nach dem Pfiff des Schiedsrichters erfolgen. Beim Anstoss müssen alle Spieler in der eigenen Platzhälfte sein. Ein direkter Anstoss aufs Tor ist nicht gestattet.
- Mit Outewurf kann kein Tor erzielt werden.
- Bei wiederholt grober Spielweise oder unsportlichem Verhalten kann der Schiedsrichter einen Spieler vom Platz weisen.
- Die Entscheide der Schiedsrichter sind unanfechtbar.

### ÄNDERUNGEN

Änderungen an diesem Reglement können im Einverständnis aller Captains vor Turnierbeginn vorgenommen werden.

# Unternehmungen: Turnierpläne

## Jeder gegen Jeden

	1 Rot	2 Blau	3 Gelb	4 Weiss	5 grün	6 Braun	7 Schwarz	Punkte	Rang
1 Rot									
2 Blau									
3 Gelb									
4 Weiss									
5 Grün									
6 Braun									
7 Schwarz									

### Spielplan

Zeit: 2 x 10 Minuten  
 Mannschaftswechsel 10 Minuten (Pause)

09.00: Rot - Blau  
 09.30: Gelb - Weiss  
 10.00: Grün - Braun  
 usw.

Vorteile	Nachteile
<ul style="list-style-type: none"> <li>- jede Mannschaft hat gleich viele Spiele</li> <li>- interessanter Ablauf für alle, da man immer wieder Punkte erzielen kann</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zeitaufwendig</li> <li>- bei vielen Teilnehmern braucht es mehrere Anlagen</li> <li>- bei 1 Anlage evtl. lange Wartezeiten</li> </ul>

Beispiele: Meisterschaften im Fussball, Handball, Volleyball, Basketball usw.

### Gemischtes System

Das gemischte System besteht normalerweise aus einer Runde jeder gegen jeden, um anschliessend im Ausscheidungssystem den Sieger zu ermitteln.

Beispiel:

- 1) 4 Gruppen à 4 Mannschaften spielen eine Runde jeder gegen jeden.
- 2) Jeweils die ersten zwei jeder Gruppe stossen in das Viertelfinale vor.
- 3) Im Ausscheidungssystem weiterspielen bis Finale.
- 4) Häufig lässt sich ein Trostturnier für die ausgeschiedenen Teams organisieren.

Bemerkungen:

- o dies ist das System, das meistens bei Grossanlässen wie Weltmeisterschaften zur Anwendung kommt
- o es hat den Vorteil, dass jede Mannschaft mehrmals zum Einsatz kommt, ohne dass es organisatorisch zu schwierig wird oder enorm zeitaufwendig ist

## Spielfest

### Spielfest

**Ein Spielfest will möglichst Viele zum aktiven Mitspielen in Spielgruppen anregen.**

#### **Die Organisation..**

...ist so weit als nötig vorhanden, tritt aber nicht störend in Erscheinung.

...kommt mit wenig Anweisungen aus.

...bezieht die Teilnehmer in Vorbereitungen und Spiel-Auswahl ein.

#### **Die einzelnen Spiele..**

.. sind einfach und brauchen wenig Instruktion.

..haben Aufforderungs-Charakter.

..stellen niemanden bloss.

..sind offen: keine Wertung.

..haben nur einfache Regeln: die Spielgruppen können sie abändern oder ergänzen.

- **die Spiele erklären durch..**  
.. ein Blatt mit Spielbeschreibungen.

.. die Mitglieder der Vorbereitungsgruppe, die in jeder Gruppe mitspielen.

.. Spielbeschreibungen an einer Wöschhänki.

### *Ideen für Spiele*

#### **Kleine Mannschafts-Spiele**

*In der eigenen Gruppe spielen oder eine Partner-Mannschaft suchen-*

- einfaches Volleyball, Faustball
- Frisbee-Linienball
- Goba, Federball, Ringtennis, Fussballtennis
- 
- 
- 

#### **Bewegungsaufgaben**

- Rollschuh-Slalom
- Stelzenlaufen
- Hindernisparcours
- Sackgumpen um den Platz
- Ball-Slalom dribbeln
- 
- 
- 

#### **Geschicklichkeitsspiele**

- Ziel-Tschutten
- Minigolfbahn
- Zielwurf mit Frisbee
- Velo-Geschicklichkeitsparcours
- 
- 
- 

#### **Gruppenaufgaben**

- Menschenpyramide bauen: Glocke läuten
- mit Harassen "Sumpf" überqueren
- Floss bauen und Bassin überqueren
- Wasser über Hindernisparcours tragen bis ein Gefäss gefüllt ist
- ein Gruppenmitglied transportieren
- 
- 
- 

#### **Gemeinsam ausprobieren**

*neue Spielgeräte*

- Fallschirm
- Riesenball

# Unternehmungen: Spielfeste

## Spielgarten

