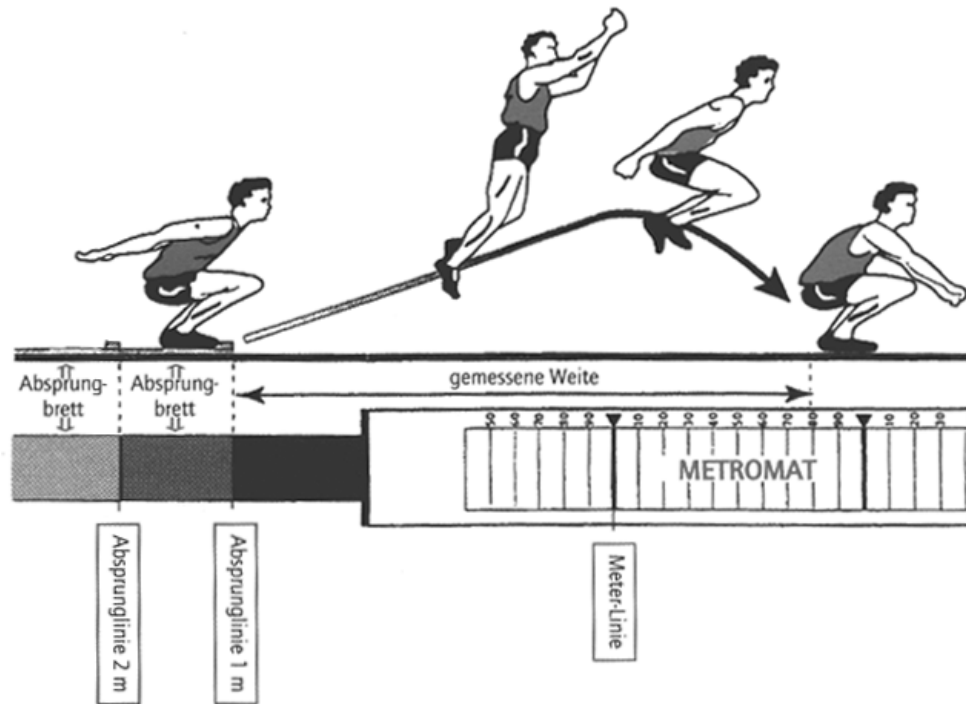


Standweitsprung

Material: Messmatte und Absprungbrett



Durchführung:

Beim Standweitsprung erfolgt der Absprung beidbeinig aus der Schlussstellung (mit Schwungholen durch Arme/Körper). Der Athlet hat zu Beginn des Versuches beide Füße am Absprungbalken/Absprunglinie. Die Landung muss auf beiden Füßen erfolgen. Die Weite wird an der Linie abgelesen, an der sich die Ferse des letzten Fußes befindet. Rückwärtsfallen oder Rückwärtsgehen gilt als Fehlversuch und wird nicht gewertet.

Wertung:

Es nehmen **zehn Wettkämpfer an der Übung** teil. Jeder Athlet hat zwei Versuche, die Bestleistungen der Mannschaftsmitglieder werden addiert und als Mannschaftsleistung in der Gesamtwertung erfasst.

Wettkampfhelfer: (Anzahl: 2 KR)

Vor Beginn der Übung erhalten die Wettkampfhelfer vom Riegenbetreuer die mit Namen ausgefüllte Wettkampfkarte. Ein Helfer steht neben dem Absprungbrett, achtet auf den Absprung und notiert die Ergebnisse auf der Wettkampfkarte. Der zweite Helfer liest die Weite an der Messmatte ab. Hat eine Mannschaft die Übung beendet, wird die ausgefüllte Wettkampfkarte vom Wettkampfhelfer sofort zur Anzeigetafel gebracht.