



LANDESSCHULRAT FÜR VORARLBERG



präsentiert von SPARKASSE



VORARLBERGER LEICHTATHLETIK-VERBAND

## 7. Volksschul - Olympiade 2018

**Dienstag, den 19. Juni 2018, in Götzis (Möslestadion)  
Beginn 8.30 Uhr (Ende ca. 12.15 Uhr).**

**Teilnahmeberechtigt:**

Volksschulteams aus den 3. und 4. Klassen aller Vorarlberger Volksschulen.

**Mannschaften:**

6 SchülerInnen (3 Mädchen, 3 Burschen) bilden ein Schulteam (Pendelstaffel 6 SchülerInnen). Jede Volksschule kann mit maximal 2 Teams antreten. Die Teams geben sich einen selbst gewählten Phantasie-Namen. Spikes sind nicht erlaubt.

**Im Rahmen der VS-Olympiade kommen folgende 5 Bewerbe zur Austragung:**

Werfen mit der Wurfrakete \* Hüpfen wie die Frösche \* 20 m Sprint \* Formel 1 \* Hindernisparcours \* Pendelstaffel (6 x 60 m).

**Ausrichter:**

Schulsportreferat im LSR Vorarlberg, VLV

**Nennungen:**

Bis spätestens Freitag, den 1. Juni 2018, an

Christl Gerhalter  
6911 Lochau, Am Stein 9  
christlgerhalter@hotmail.com  
tel: 05574-45107

Umkleidemöglichkeiten befinden sich im Stadion. Wir organisieren wieder ein gemeinsames Aufwärmen um 8.30 Uhr. Die olympischen Teams erhalten Urkunden, Medaillen und ein attraktives T-Shirt.

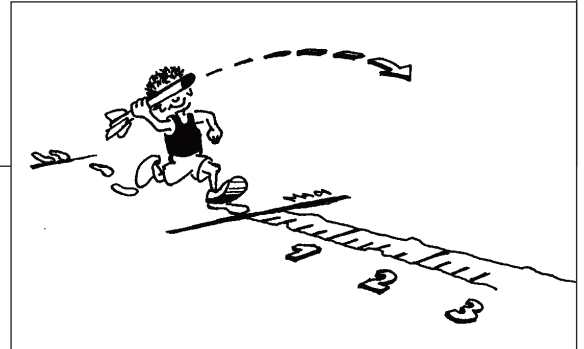
# Beschreibung der Disziplinen der Volksschul – Olympiade

## 1. olympische Disziplin: WERFEN MIT DER WURFRAKETE

Das Speerwerfen erfolgt aus dem 5-Meter-Anlaufraum.

Das Wurfgerät wird aus einem Fünf-Meter-Anlaufraum von einer Markierung aus ins Wurf-Feld geworfen; jeder Teilnehmer/ jede Teilnehmerin hat zwei Versuche. Die Messung erfolgt auf 20 cm genau (aufrunden!), die Messung erfolgt immer rechtwinklig (rechter Winkel von der Landung des Speers zur Messmatte).

**Wertung:** 3 Versuche. Der beste zählt. Die Weite wird in Punkte umgerechnet. Je weiter, desto mehr Punkte.



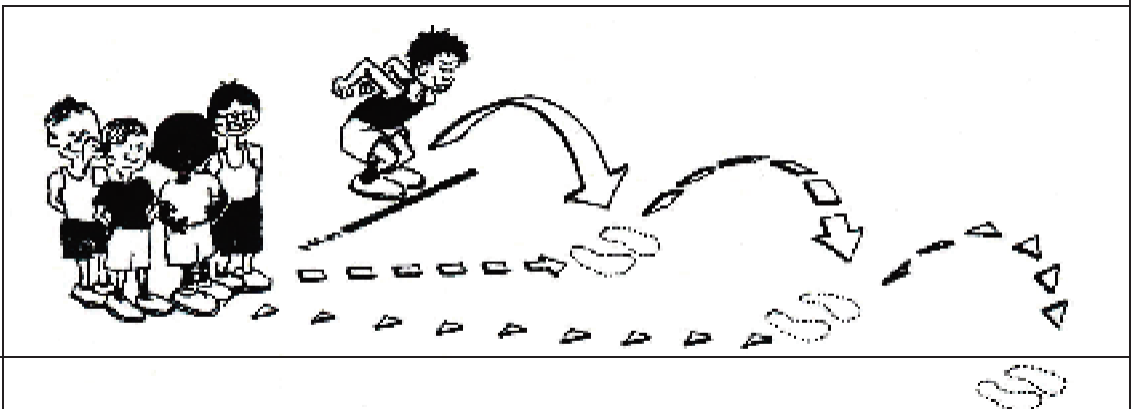
## 2. olympische Disziplin: FROSCHHÜPFEN

Von einer Startlinie auf dem Feld führen die Teilnehmer der Reihe nach einen „Froschsprung“ durch (beidbeiniger Sprung aus der Hocke nach vorn). Der erste Teilnehmer/ die erste Teilnehmerin eines Teams steht mit beiden Fußspitzen an der Startlinie, geht in die Hocke und springt nach vorn in die Weite. Die Landung muss beidbeinig erfolgen. Der Wettkampfhelfer markiert die Landestelle, die am nächsten zur Startlinie liegt (z.B. Ferse). Fällt ein Teilnehmer mit seinen Händen noch weiter in die Sprungrichtung zurück, so ist die Hand als Landestelle zu bewerten.

Diese Landestelle stellt die Startlinie des zweiten Springers/ der zweiten Springerin dar, der/die von dort aus seinen/ihren Froschsprung durchführt. An der Landestelle springt der dritte Springer/die dritte Springerin eines Teams. Der Wettbewerb ist beendet, wenn der letzte/ die letzte einer Mannschaft gesprungen und die Landestelle markiert ist.

Danach erfolgt ein zweiter Durchgang für die gesamte Mannschaft.

**Wertung:** 2 Versuche. Der bessere zählt. Die erreichte Weite wird in Punkte umgerechnet. Je weiter, desto mehr Punkte.



## 3. olympische Disziplin: 20 m SPRINT

Nach 10m Anlauf wird eine mit Lichtschranken markierte 20m Strecke mit höchster Geschwindigkeit durchlaufen.

Darauf achten, dass bereits bei der ersten Lichtschranke das Maximaltempo erreicht ist.

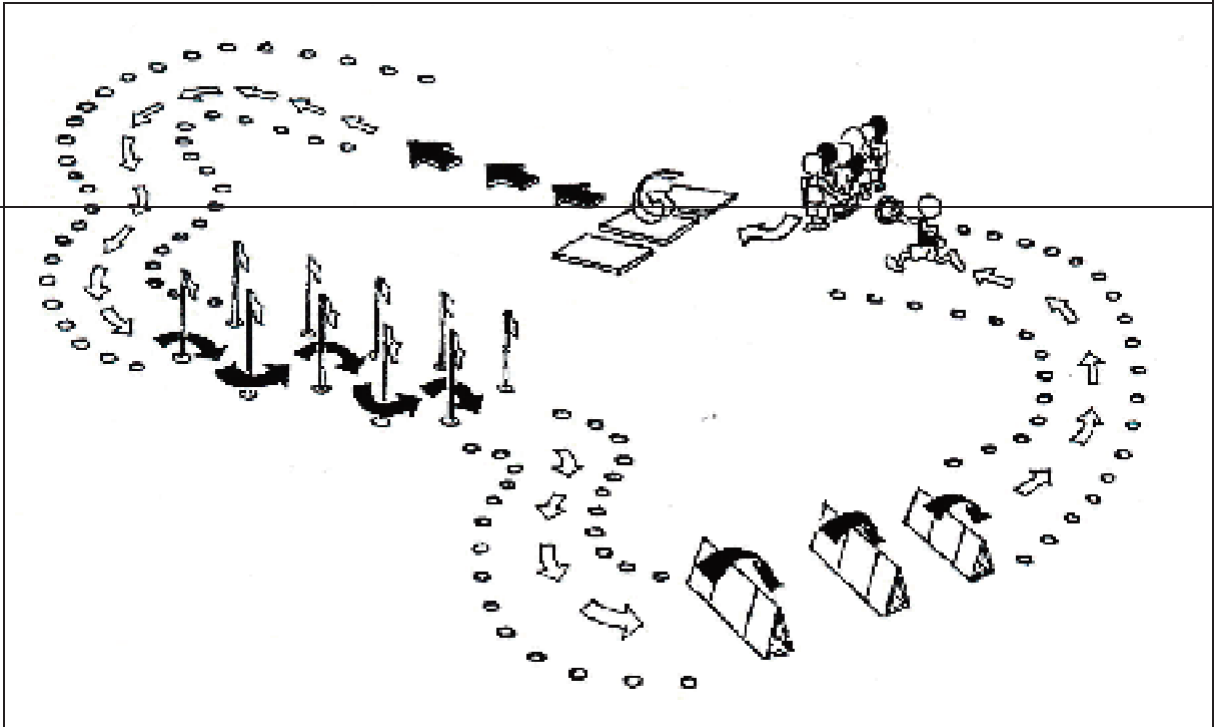
**Wertung:** 2 Versuche. Der bessere zählt. Die gelaufene Zeit zwischen den Lichtschranken wird in Punkte umgerechnet. Je schneller, desto mehr Punkte.

#### 4. olympische Disziplin: FORMEL 1 HINDERNISPARCOURS

Die Laufstrecke ist ca. 80 m lang und ist aufgeteilt in einen Sprint-, Hürden- und Slalombereich. Als Stafelstab wird ein Tennisring eingesetzt. Jeder Teilnehmer/ jede Teilnehmerin hat, bevor er seinen Lauf beginnt, auf der Turnmatte eine Rolle vorwärts zu machen. Dieser Wettbewerb wird als Mannschaftswettbewerb durchgeführt, bei dem jedes Mannschaftsmitglied zum Einsatz kommt.

Pro startende Mannschaft wird die Zeit genommen. **Wertung:** 1 Versuch. Die Zeit wird in Punkte umgerechnet. Je

schneller,  
desto mehr  
Punkte.



#### 5. olympische Disziplin: PENDELSTAFFEL (Die Pendelstaffel gilt für den Olympia-Mehrkampf, aber auch als Qualifikation für das Pendelstaffel-Finale im Rahmen des hypomeetings)

Beim Lauf müssen 6 SchülerInnen (!) den Stafelstab nach 60 m (durch Pfosten gekennzeichnet) dem nächsten Läufer hinter dem Pfosten übergeben.

**Wertung:** 1 Versuch. Die benötigte Zeit wird in Punkte umgerechnet. Je schneller, desto mehr Punkte.

