

# Pokal des Landrates

„Fair und miteinander von klein an“

## 1. Station

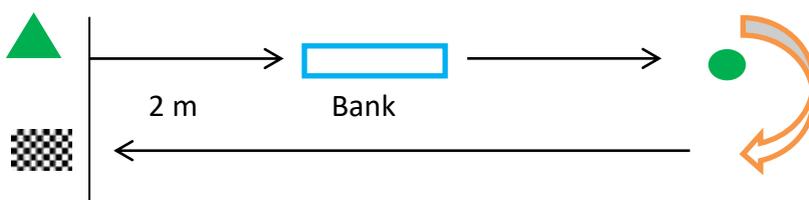
Die Startposition befindet sich 2 m vor einer Turnbank. Die Kinder ziehen sich in der Bauchlage über die Bank. Am Bankende stehen die Kinder auf und laufen um das Wendemal zurück zum Startplatz.

Der nächste Läufer wird durch Antippen losgeschickt.

Die Gesamtlänge der Strecke beträgt ca. 26m.

Wertung: Zeitnahme

### Aufbau



## 2. Station

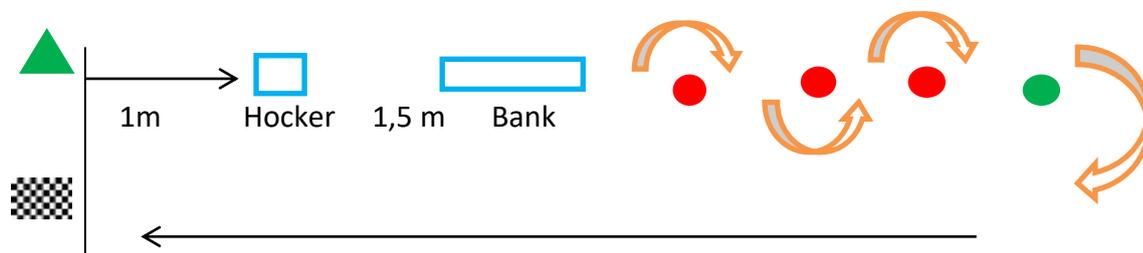
Die Kinder starten 1 m vor einem Turnhocker an der Startlinie, steigen über diesen, laufen zu einer Turnbank. In der Bauchlage kriechen die Kinder 2-mal durch die Bank (Die Bank ist gedreht – Sitzfläche am Boden.), stehen auf, laufen im Schlingellauf um 3 Kegel zu einem Wendepunkt und zurück zum Startplatz.

Der nächste Läufer wird durch Antippen losgeschickt.

Die Gesamtlänge der Strecke beträgt ca. 27m.

Wertung: Zeitnahme

### Aufbau



### 3. Station

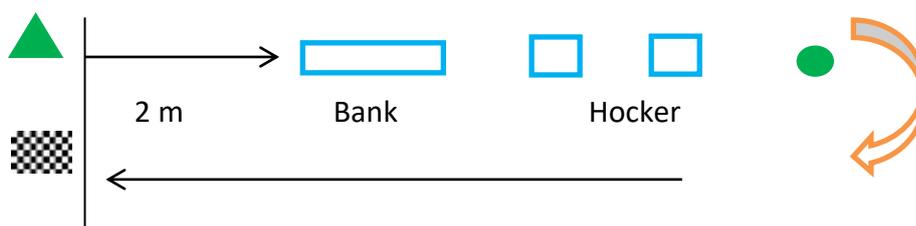
Die Kinder machen 3 Hockwenden über eine Turnbank, steigen über 2 Hocker, laufen um den Wendepunkt und zurück zum Startplatz.

Der nächste Läufer wird durch Antippen losgeschickt.

Die Gesamtlänge der Strecke beträgt ca. 26m.

Wertung: Zeitnahme

#### Aufbau



## 4. Station

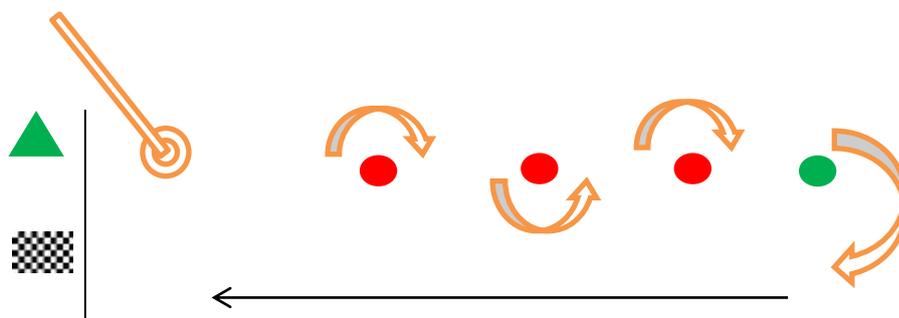
Die Kinder nehmen einen Gymnastikstab in die Hand, und führen mit diesem einen kleinen Gummiring am Boden entlang.

Im Schängellauf rennen die Kinder ohne den Gummiring zu verlieren bis zu einem Wendepunkt und gerade zum Startplatz zurück. Die Übergabe des Stabes an den nächsten Läufer erfolgt im Ziel.

Die Gesamtlänge der Strecke beträgt ca. 26m.

Wertung: Zeitnahme

### Aufbau



Abstand der Kegel entspricht 2m.

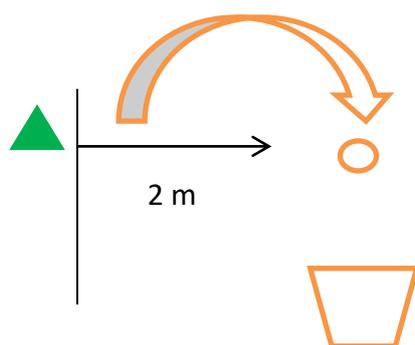
## 5.Station

Mit verschiedenem Wurfmaterial (kleine Säckchen, unterschiedliche Bälle, etc.) versuchen die Kinder von einer 2 m entfernten Startlinie in ein Kastenteil zu werfen.

Jedes Kind hat 3 Würfe. Hat es diese durchgeführt, wirft das nächste Kind.

Wertung: Anzahl der Treffer

### Aufbau



### Symbole

-  Wendemal
-  Kegel
-  Hindernisse
-  Start
-  Ziel