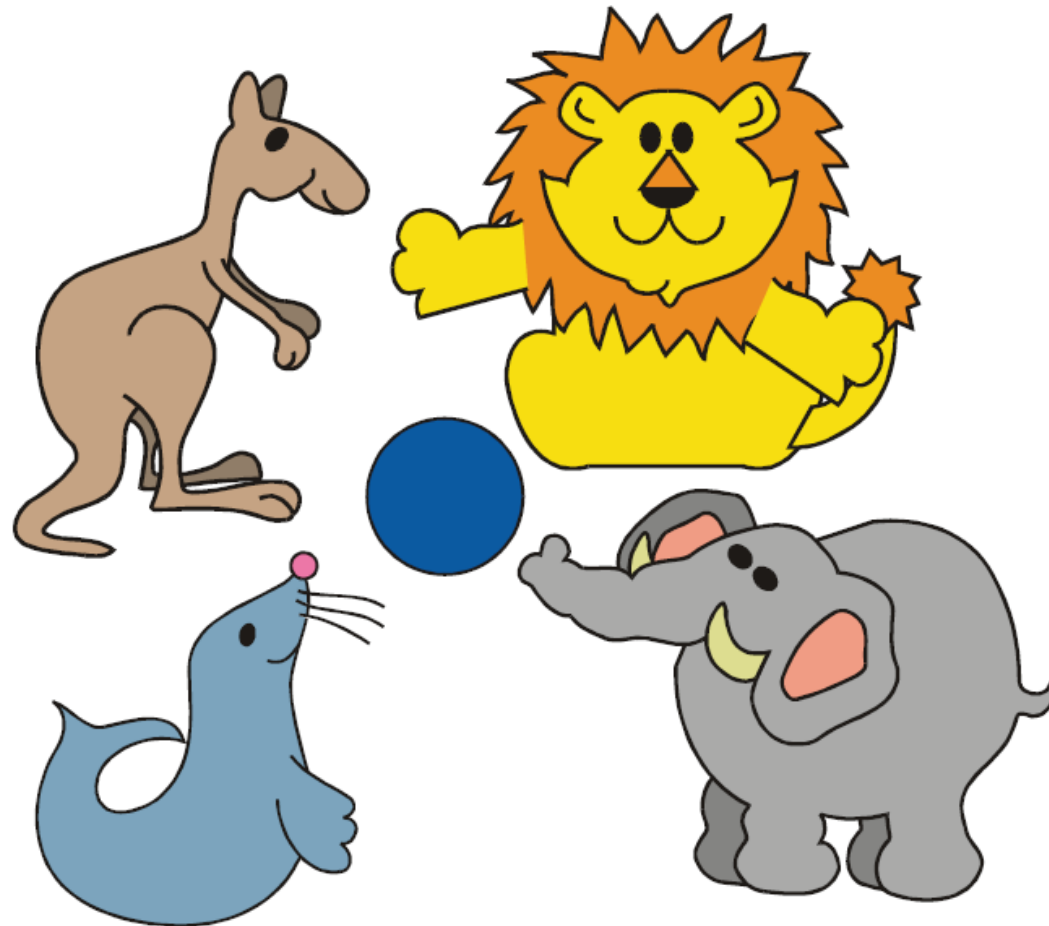
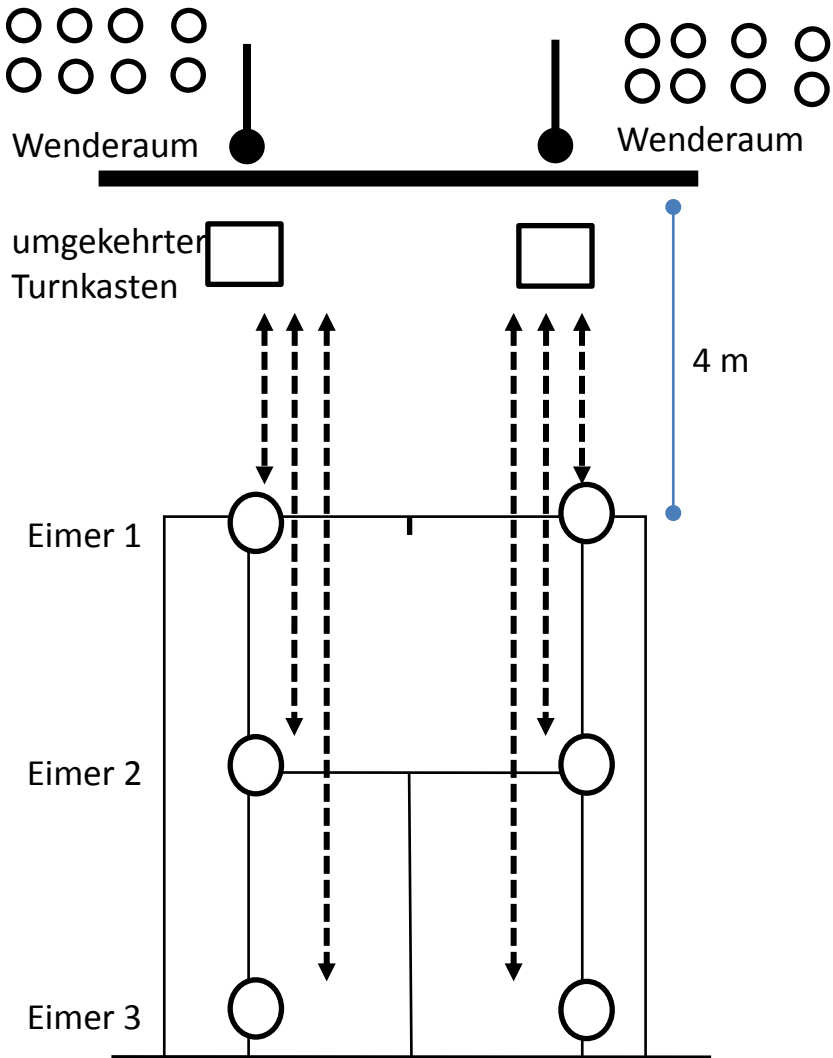


# DTB-Talent-Cup



# 1. Geschicklichkeitstopf (Koordinationstopf)



## Materialbedarf

- 48 Tennisbälle
- 2 kleine umgekehrte Turnkästen
- 6 Balleimer
- 2 Start- und Zielstangen
- 1 Markierungslinie

## 1.1 Ballholen

### Aufbau

Zweimal 3 Eimer mit jeweils 8 Tennisbällen werden gemäß Skizze aufgestellt.

### Durchführung

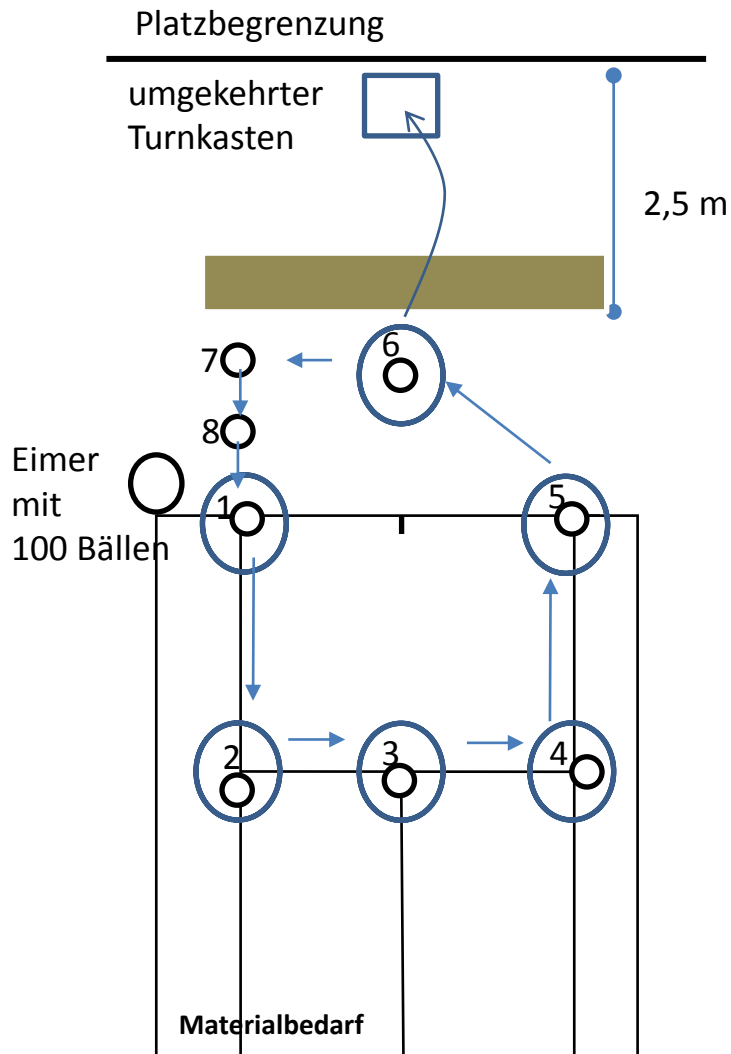
Die jeweils ersten Läufer der Mannschaften A und B starten gleichzeitig auf Kommando. Aus den 3 Eimern einer Mannschaft wird nacheinander je ein Ball in der vorgegebenen Reihenfolge (1, 2, 3) geholt und in den Korb gelegt. Nach Ablegen des 3. Balles schickt er den nächsten Läufer durch Abklatschen (linke Hand hinter der Start- und Zielstange im Wenderaum) los.

Wird ein Eimer umgestoßen, so muss dieser vom Läufer sofort wieder aufgestellt und die Bälle eingesammelt werden.

### Sieger

Die Mannschaft, die zuerst die 24 Bälle im umgekehrten Turnkasten hat, ist Sieger.

# 1. Geschicklichkeitstopf (Koordinationstopf)



- 200 Tennisbälle
- 2 kleiner umgekehrter Turnkasten
- 12 Hulahopp Reifen
- 2 Langbänke (Turnbänke)
- 2 Balleimer
- 2 Stoppuhren

## 1.2 Fang-Ziel-Werfen

### Aufbau

Sechs "Hulahopp-Reifen" werden nach Skizze jeweils auf zwei Feldhälften gelegt.

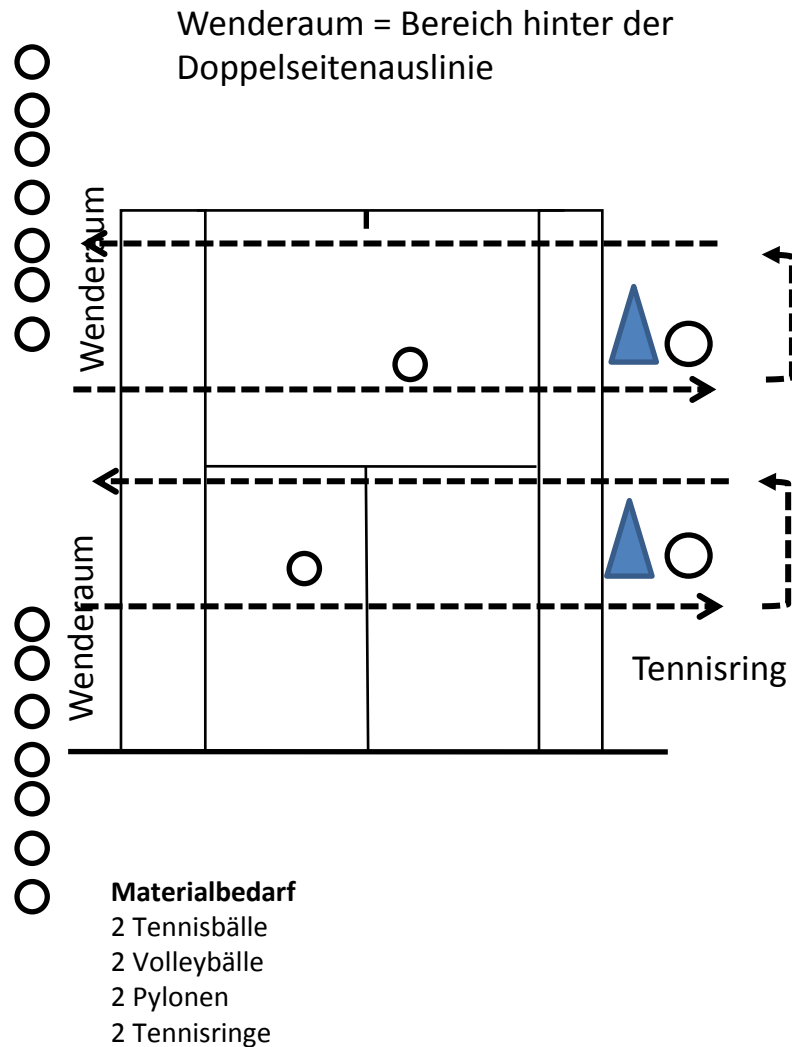
### Durchführung

Auf Kommando nehmen auf beiden Platzhälften jeweils die an Position 1 Stehenden einen Tennisball aus dem Eimer und werfen ihn zu 2, dieser zu 3, usw. bis zur Nr. 6, der versucht den Ball in den umgekehrten Turnkasten zu werfen. Weitere Umläufe folgen. Die Reifen dürfen mit keinem Fuß verlassen werden. Ein Ball, der auf den Boden fällt, darf nicht mehr geworfen werden. Nach einer halben Minute bewegen sich alle Spieler nach dem Pfiff des Schiedsrichters eine Station in Pfeilrichtung weiter, dabei dürfen die Bälle in der Hand gehalten werden.

### Sieger

Nach 8 verschiedenen Positionen hat die Mannschaft gewonnen, die die meisten Bälle im Eimer platzieren konnte.

# 1. Geschicklichkeitstopf (Koordinationstopf)



## 1.3 Pendelstaffel 1

### Aufbau

Zwei Mannschaften stehen in ihrem Wenderaum hinter der Doppelseitenauslinie. Hinter der gegenüberliegenden Doppelseitenauslinie befindet sich eine Wendemarke (Pylone). An der Wendemarke liegt ein Tennisball in einem Tennisring. Der erste Läufer hält einen Volleyball in der Hand.

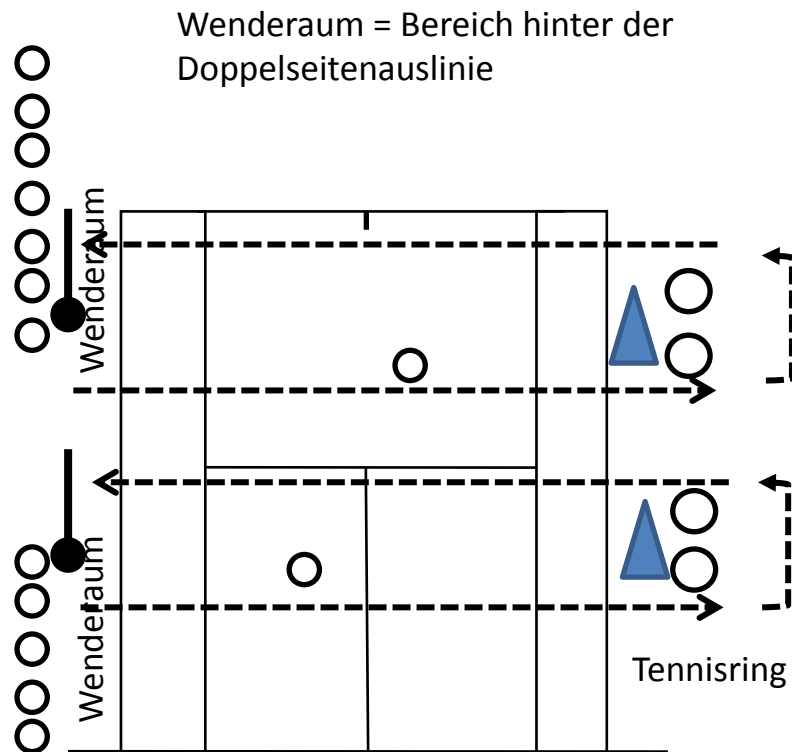
### Durchführung

Der erste rennt los und nimmt an der Pylone den Tennisball mit und übergibt dann im Wenderaum beide Bälle dem nächsten der Mannschaft. Dieser rennt los und legt den Tennisball in den Tennisring an der Pylone ab und übergibt im Wenderaum den Volleyball dem nächsten der Mannschaft, usw. Wird eine Pylone umgeworfen, so muss der Läufer sie wieder aufstellen. Der abgelegte Tennisball muss im Tennisring liegen.

### Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, die die Aufgabe mit allen 8 Mannschaftmitgliedern schneller beendet hat.

# 1. Geschicklichkeitstopf (Koordinationstopf)



## Materialbedarf

- 2 Tennisbälle
- 2 Volleybälle
- 2 Pylonen
- 2 Tennisringe
- 2 Start- und Zielstangen

## 1.4 Pendelstaffel 2

### Aufbau

Zwei Mannschaften in ihrem Wenderaum hinter der Doppelseitenauslinie. Hinter der gegenüberliegenden Doppelseitenauslinie befindet sich eine Wendemarke (Pylone). Der erste Läufer hält einen Tennisball und einen Volleyball in beiden Händen. Ein Tennisring befindet sich am Boden festgeklebt rechts hinter der Pylone, ein weiterer links hinter der Pylone.

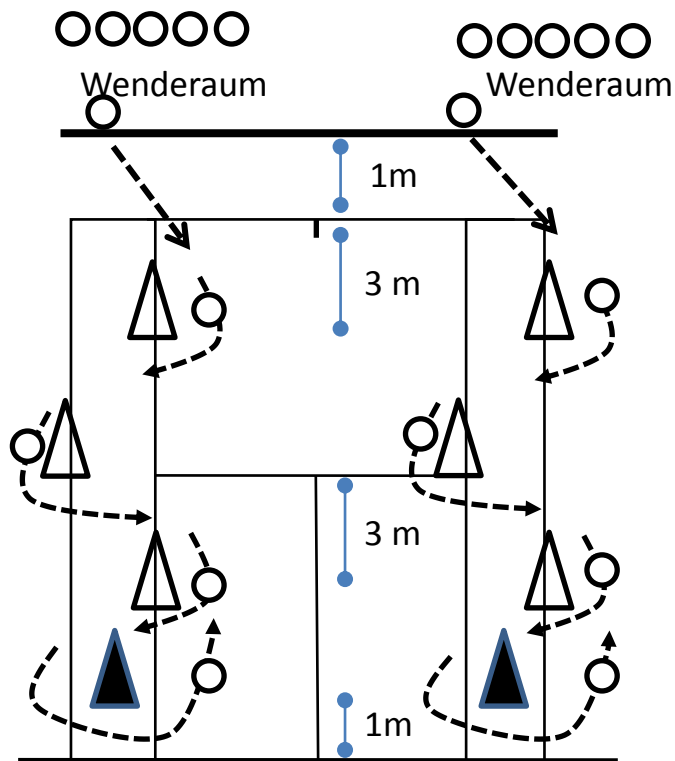
### Durchführung

Der erste rennt los und legt beide Bälle an der Pylone jeweils auf einem Tennisring ab, läuft um die Pylone zurück zum nächsten der Mannschaft. Nach Abklatschen (linke Hand hinter der Start- und Zielstange) rennt dieser los und holt beide Bälle an der Wendemarke ab und übergibt sie hinter der Doppelseitenauslinie im Wenderaum dem nächsten der Mannschaft; dieser bringt die Bälle wieder zur Pylone usw.

### Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, deren 8. Läufer zuerst die Start- und Zielstange umgeworfen hat.

# 1. Geschicklichkeitstopf (Koordinationstopf)



## Materialbedarf

- 2 Tennisbälle
- 8 Pylonen
- 1 Wenderaummarkierung
- 2 Unihockschläger (2 pro Team)

## 1.5 Ball rollen

### Aufbau

3 m von der Grundlinie in Richtung Aufschlaglinie, auf Höhe der Aufschlaglinie und 3 m vor dem Netz, werden Markierungen (Pylonen oder Slalomstangen) aufgestellt (siehe Skizze).

1 m vor dem Netz steht eine weitere Pylone, die als Wendemarke mit Ball und Schläger umrundet werden muss.

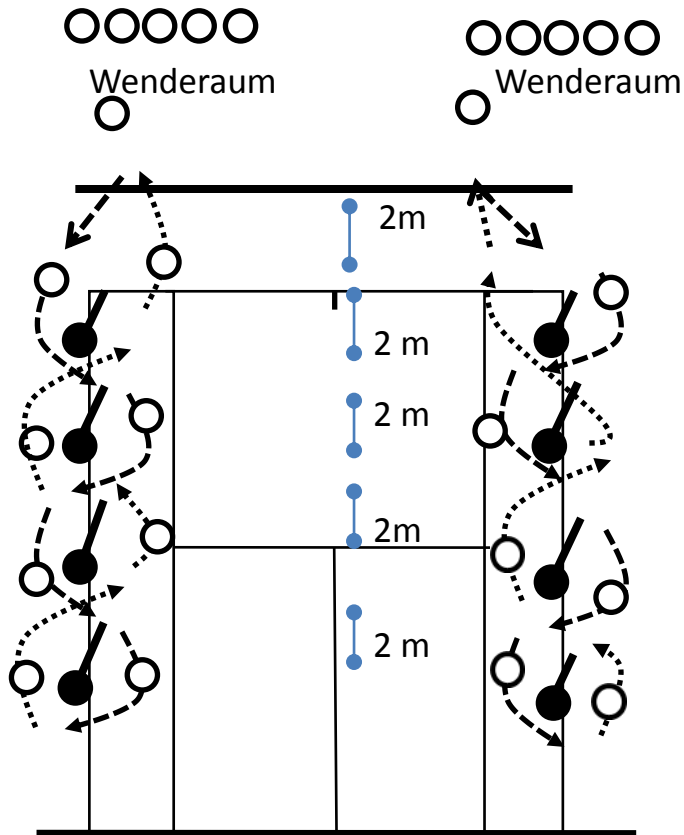
### Durchführung

Auf das Startkommando rollt aus jeder Mannschaft ein Spieler einen Tennisball, der auf der Grundlinie liegt, mit einem Hockeyschläger auf dem Boden um die Markierungen in Richtung Netz. Am Netz muss eine Pylone (Wendemarke) umrundet werden. Anschließend wird der Ball wieder die gleiche Strecke zurück zur Grundlinie gerollt. Hinter der Grundlinie wird der Ball im Wenderaum mit der Hand dem zweiten Kind übergeben (nicht zurollen). Rollt der Ball während des Laufens weg, so muss an dieser Stelle wieder weitergemacht werden, an der der Ball weggerollt ist. usw. Das letzte Mannschaftsmitglied rollt den Ball wie vorher beschrieben und legt den Ball hinter der Grundlinie auf den Boden.

### Sieger

Es hat die Mannschaft gewonnen, die zuerst mit allen 8 Teilnehmern die Staffel beendet hat. Der Ball muss hinter der Grundlinie liegen.

# 1. Geschicklichkeitstopf (Koordinationstopf)



## Materialbedarf

- 2 Tennisbälle
- 8 Slalomstangen
- 1 Wenderaummarkierung
- 4 Tennisschläger (2 pro Team)

## 1.6 Koordinationslalom

### Aufbau

Von der Grundlinie aus Richtung Netz werden im Abstand von 2 m Slalomstangen auf beiden Doppelauslinien aufgestellt (siehe Skizze).

### Durchführung

Der Spieler hat einen Tennisschläger und einen Tennisball in der Hand und startet hinter der Grundlinie. Auf das Startkommando muss der Ball mit dem Schläger im Langgriff (Hand muss ganz auf dem Griffband aufliegen) auf den Boden geprellt und dabei durch den Slalom hin- und zurückgelaufen werden. Der Ball darf erst hinter der Grundlinie in der Wechselzone in die Hand genommen werden. Am Ende wird der Schläger und der Ball dem nächsten Mannschaftsmitglied übergeben; usw. Wird der Ball unterwegs verloren, so muss der Slalomlauf dort fortgesetzt werden, wo der Ball verloren ging.

### Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, deren 8. Spieler zuerst den Tennisschläger und den Tennisball im Wenderaum abgelegt hat. Dabei muss der Tennisball auf der Schlägerbesaitung liegen.

# 1. Geschicklichkeitstopf (Koordinationstopf)

## 1.7 Prellslalom

### Aufbau

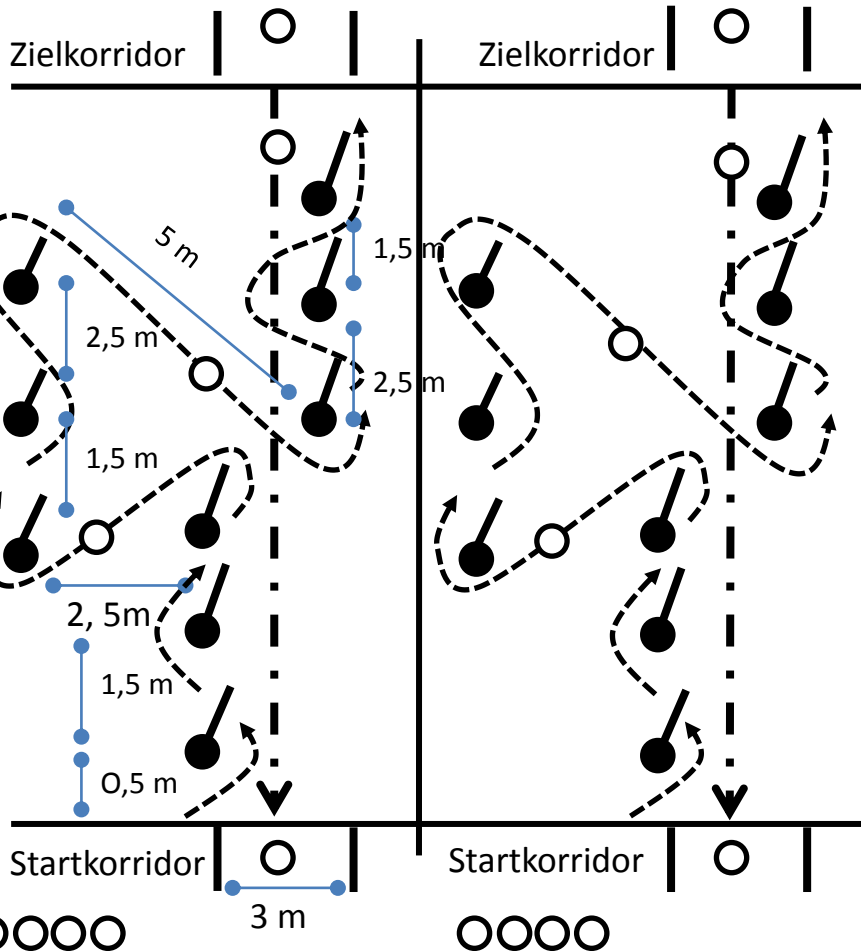
In den beiden Spielfeldhälften werden zwei gleiche Slalomformen in der auf der Skizze aufgezeigten Weise mit Markierungshilfen (Pylonen, Stangen) aufgebaut. Zur Verdeutlichung der Laufwege werden Richtungspfeile auf dem Boden angebracht bzw. gezeichnet.

### Durchführung

Jeweils ein Spieler der beiden Mannschaften steht hinter der Startlinie. Ein Minibasketball (Gr.5) wird möglichst schnell laufend durch den Slalomparcours geprellt. Nach dem Umprellen der letzten Markierung **rollt** der Spieler den Ball aus dem Zielkorridor zum im Startkorridor stehenden nächsten Spieler seiner Mannschaft. Der Spieler folgt gehend dem Ball zurück in den Startkorridor. Sollte der Ball nicht die erforderliche Genauigkeit und Länge haben, um den Spieler hinter der Startlinie zu erreichen, muss ein weiterer Versuch unternommen werden. Der Spieler im Startkorridor darf dabei den vorgegebenen Korridor nicht verlassen. Der Ball muss durch den Slalomparcours geprellt und darf nicht getragen werden. Ebenso muss er zurück gerollt werden.

### Sieger

Sieger ist die Mannschaft, deren letzter Spieler als erster dem Starter der Mannschaft den Ball zurollt und dieser den Ball im Startkorridor aufnimmt.

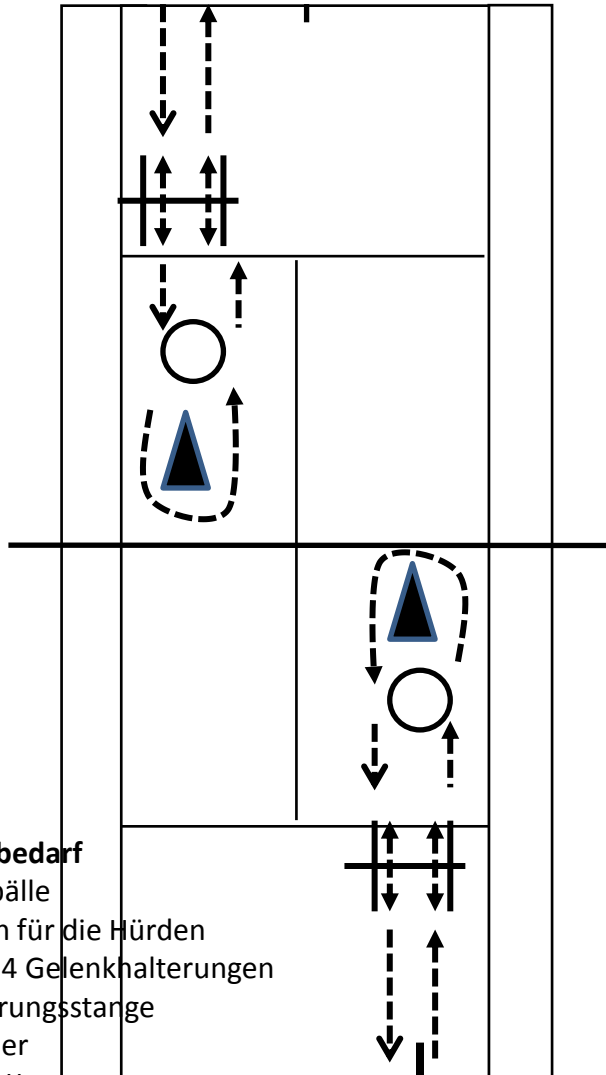
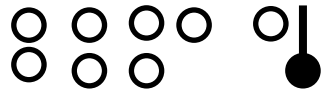


### **Materialbedarf**

- 2 Minibasketbälle Gr.5
- 18 Slalomstangen oder Pylonen
- 10 Markierungstreifen
- Markierungspfeile – Richtungspfeile
- Maßband



# 1. Geschicklichkeitstopf (Koordinationstopf)



## Materialbedarf

- 2 Tennisbälle
- 6 Stangen für die Hürden  
inklusive 4 Gelenkhalterungen
- 1 Markierungsstange
- 2 Balleimer
- 4 Turnmatten

## 1.8 Hürden/Eimer-Lauf

### Aufbau

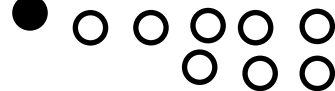
In den beiden Spielfeldhälften werden entsprechend der Skizze jeweils eine Malstange, eine Hürde bestehend aus zwei Standfüßen mit 2 Haltstangen, sowie einer Querstange mit 2 Gelenkhalterungen (alles aus Kunststoff, Höhe 40 cm), ein Balleimer, ein Tennisball und eine Wendemarke (Pylone oder Stange) aufgebaut. Die Hürden stehen auf Turnmatten.

### Durchführung

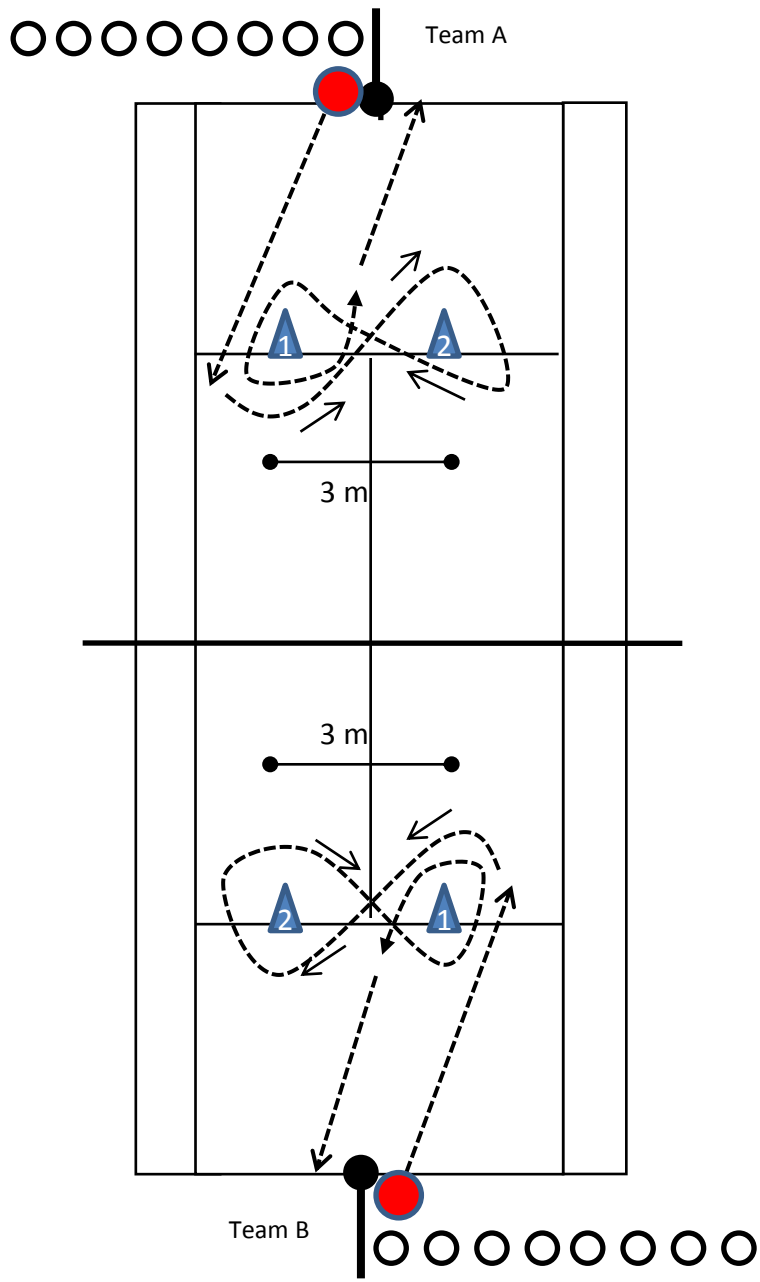
Die ersten Läufer der Mannschaften starten auf Kommando von der Start-/Ziellinie (Raum hinter der Grundlinie) mit einem Tennisball in der Hand und sprinten so schnell wie möglich zur Hürde. Sie durchkriechen zunächst die Hürde, anschließend überspringen sie die Hürde und schließlich durchkriechen sie die Hürde nochmals. Danach laufen sie zum Balleimer und legen den Tennisball in den Eimer. Es folgt ein Sprint um die Wendemarke zurück zum Balleimer. Am Balleimer wird der Tennisball wieder heraus- und mitgenommen. Die Hürde wird erneut durchkrochen, übersprungen und nochmals durchkrochen. Der Lauf ist mit Erreichen der Ziellinie (Grundlinie) und der Ballübergabe an den nächsten Läufer beendet. Der Ball wird in die hinter der Markierungsstange ausgestreckten rechte Hand an den nächsten Läufer übergeben.

### Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, deren letzter Läufer als erster die Ziellinie überquert und den Tennisball auf dem Boden abgelegt hat.



# 1. Geschicklichkeitstopf



# 1.9 Dribbel Achterlauf

## Aufbau

Zwei Pylonen werden auf der Aufschlaglinie im Abstand von 3 m aufgestellt. Eine Start- und Zielstange steht in der Mitte der Grundlinie auf dem Mittelzeichen. Ein Basketball liegt rechts neben der Startstange. (siehe Skizze).

## Durchführung

Der erste Läufer steht hinter dem Basketball. Er nimmt ihn auf und läuft und dribbelt eine querliegende Acht um die beiden Pylonen. Danach läuft und dribbelt er durch die beiden Pylonen zur Start- und Zielstange zurück (links vorbei) und übergibt den Basketball hinter der Stange dem nächsten Läufer (siehe Skizze). Der Ball darf nicht festgehalten werden beim Dribbling.

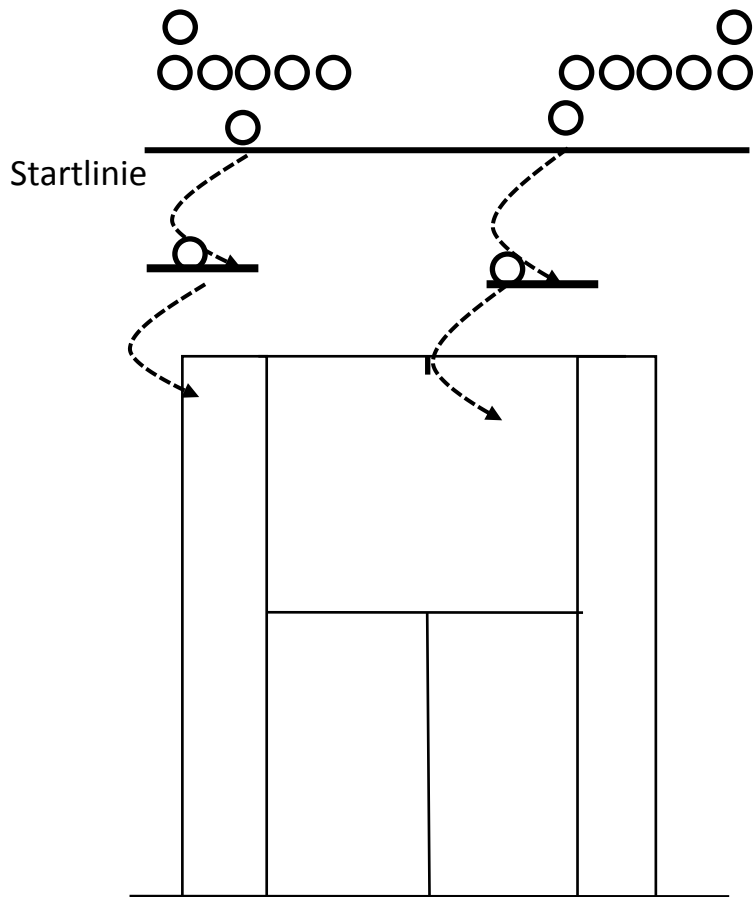
## Sieger

Gewonnen hat das Team, dessen letzter Läufer als erster an der Zielstange vorbei gelaufen ist und den Basketball auf den Boden abgelegt hat.

## Materialbedarf

- 2 Basketbälle Gr. 5
- 2 Markierungsstangen
- 4 Pylonen

## 2. Sprungtopf



### Materialbedarf

2 Markierungsstäbe

1 Startlinie

## 2.1 Schluss-Sprung

### Aufbau

Ein besonderer Aufbau ist nicht erforderlich. Benötigt werden eine Startlinie und ein Markierungsstab, um den Aufsprung des Springers zu markieren.

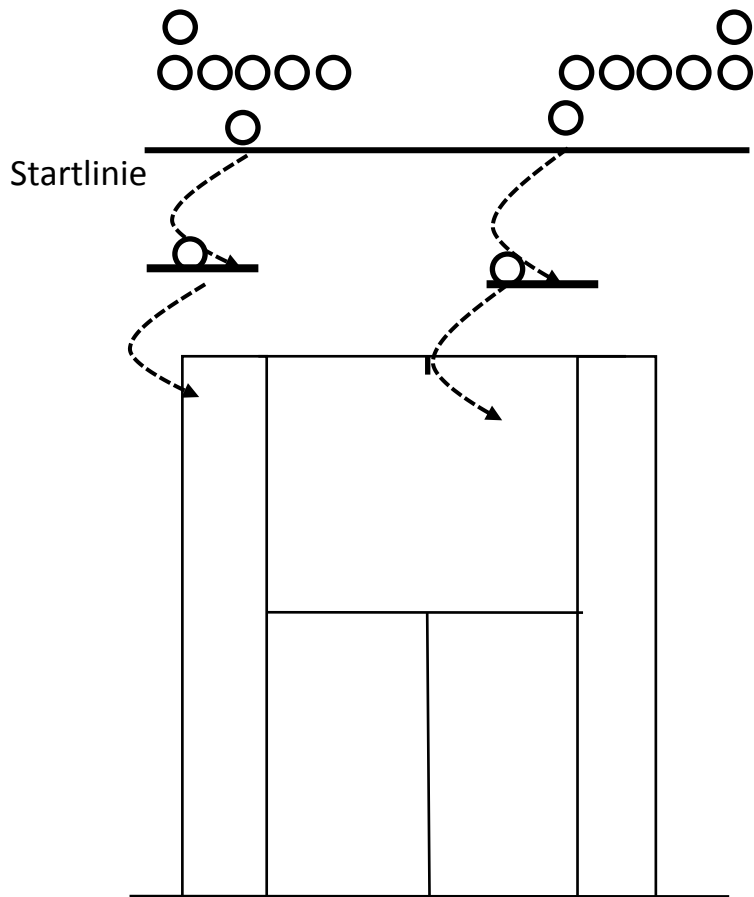
### Durchführung

Die jeweils ersten Springer der beiden Mannschaften starten auf einer Hälfte des Platzes oder der Sporthalle. Aus der parallelen Fußstellung (beide Füße direkt an der Absprunglinie) soll ohne Anlauf möglichst weit gesprungen werden. An der von den Schiedsrichtern markierten hintersten Aufsprungstelle springen die nächsten Kinder ab, usw. Ist das Platzende bzw. das Sporthallenende erreicht, so wechseln die beiden Teams ihre Positionen. Team A springt dann hinter dem Markierungsstab des Team B und Team B dann hinter dem Markierungsstab des Team A weiter.

### Sieger

Die von den achten Springern erreichte Aufsprungstelle entscheiden über den Sieg.

## 2. Sprungtopf



### Materialbedarf

2 Markierungsstäbe

1 Startlinie

## 2.2 Dreisprung

### Aufbau

Ein besonderer Aufbau ist nicht erforderlich. Benötigt werden eine Startlinie und ein Markierungsstab, um den Aufsprung des Springers zu markieren.

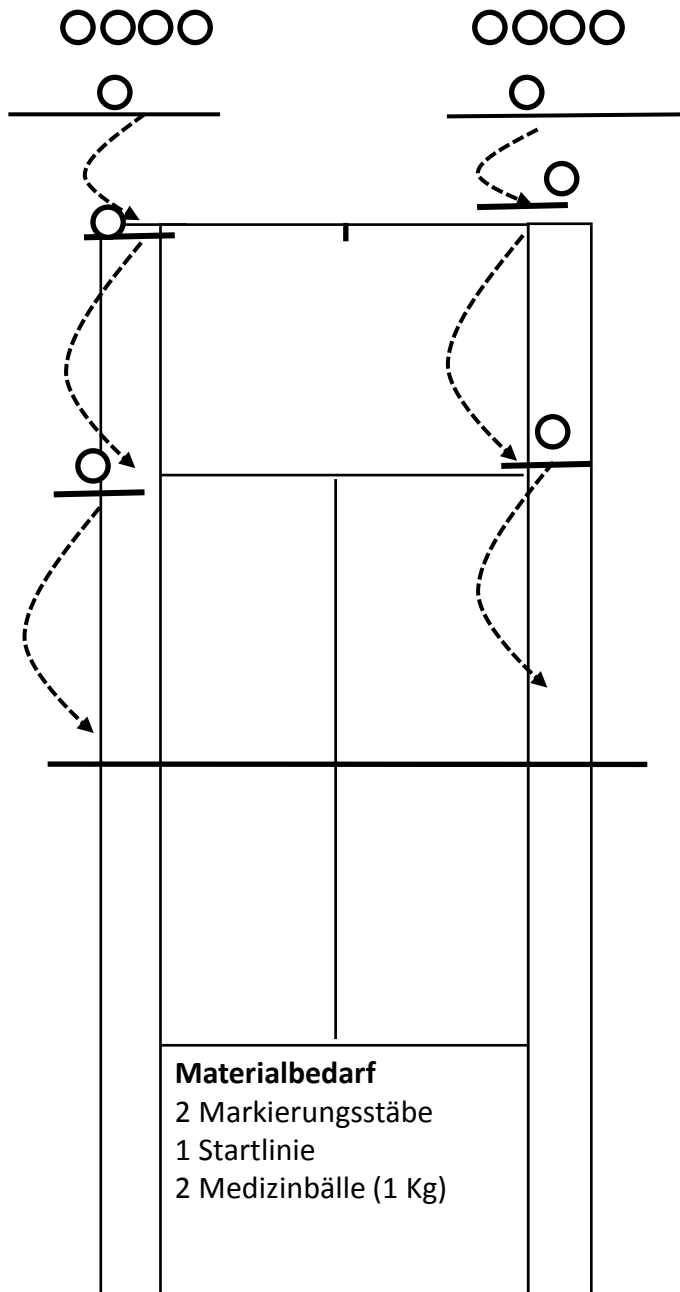
### Durchführung

Die jeweils ersten Springer der beiden Mannschaften starten auf einer Hälfte des Platzes. Aus der Schrittstellung (ein Fuß direkt an der Absprunglinie) soll ohne Anlauf mit drei Sprüngen möglichst weit gesprungen werden. An der von den Schiedsrichtern markierten hintersten Aufsprungstelle springen die nächsten Kinder ab, usw. .Ist das Platzende bzw. das Sporthallenende erreicht, so wechseln die beiden Teams ihre Positionen. Team A springt dann hinter dem Markierungsstab des Team B und Team B dann hinter dem Markierungsstab des Team A weiter.

### Sieger

Die von den achten Springern erreichte Aufsprungstelle entscheiden über den Sieg.

### 3. Wurftopf



### 3.1 Medizinballwurf beidarmig

#### Aufbau

Ein besonderer Aufbau ist nicht erforderlich. Benötigt wird eine Startlinie.

#### Durchführung

Die jeweils ersten Werfer der beiden Mannschaften beginnen auf einer Hälfte des Platzes an der Startlinie. Jeder Werfer soll den Ball aus der parallelen Grundstellung ohne Anlauf mit beiden Händen über dem Kopf - ähnlich einem Einwurf im Fußball - soweit wie möglich werfen. An der von den Schiedsrichtern markierten Aufprallstelle der 1 kg schweren Medizinbälle werfen die nächsten Werfer in gleicher Richtung weiter, usw. Ist die Platzanlage für die 8 Würfe nicht lang genug, so wird von den Aufprallstellen der letztmöglichen Würfe der Ursprungsrichtung in die entgegengesetzte Richtung weitergeworfen, jedoch müssen die Mannschaften A und B die Abwurfstellen und somit die Wurfbahnen vertauschen.

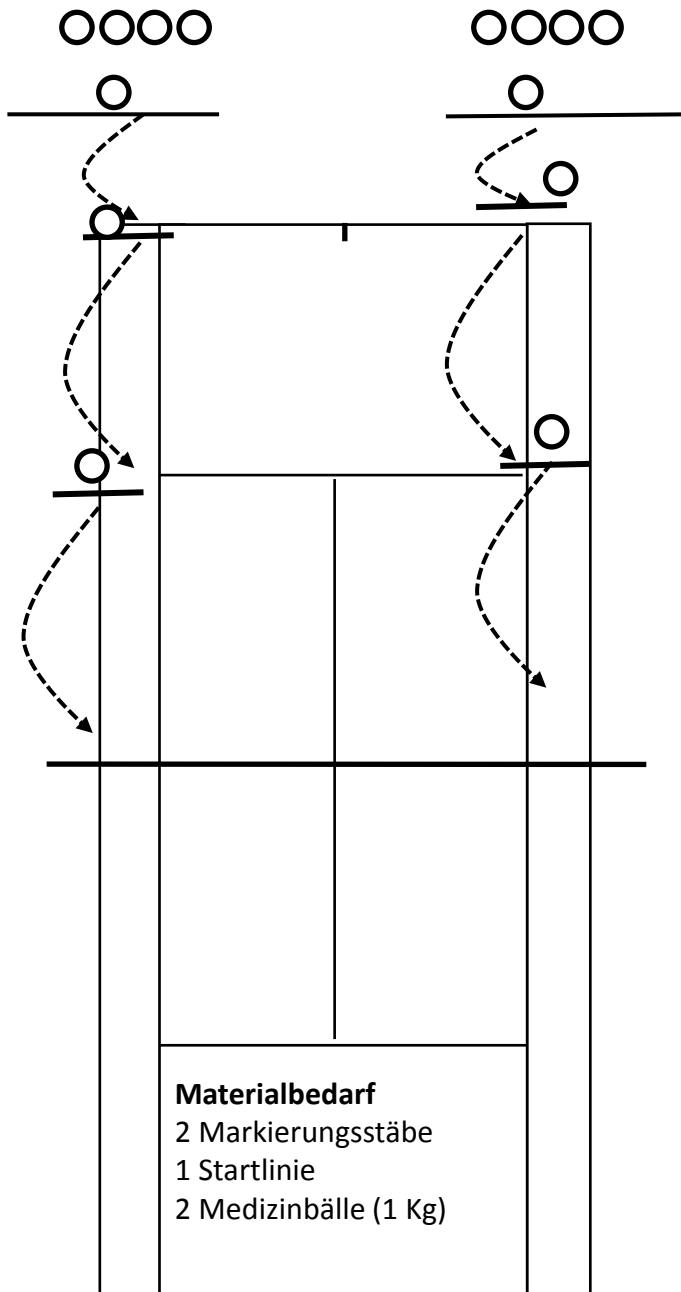
#### Sieger

Die Aufprallstellen der Bälle des achten Werfers entscheiden über den Sieg.

#### Schiedsrichterhinweis

Nachdem der Ball die Hände verlassen hat, kann das Feld betreten werden. Bei dieser Übung ist besonders darauf zu achten, dass sich niemand im Wurfbereich des Balles aufhält. Ein nicht regelgerechter Wurf wird nicht gewertet. Der nachfolgende Werfer wirft dann von der Aufsprungstelle, von der der fehlerhafte Wurf erfolgte.

### 3. Wurftopf



### 3.2 Beidarmiges Stoßen

#### Aufbau

#### Aufbau

Ein besonderer Aufbau ist nicht erforderlich. Benötigt wird eine Startlinie.

#### Durchführung

Die jeweils ersten Teilnehmer der beiden Mannschaften beginnen auf einer Hälfte des Platzes an der Startlinie. Jeder Werfer soll den Ball aus der parallelen Fußstellung ohne Anlauf mit beiden Händen von der Brust aus dem Stand nach vorne stoßen. Die Schultern bleiben bei der Ausholbewegung senkrecht zur Wurfrichtung (Keine Seitwärtsdrehung des Rumpfes). An der von den Schiedsrichtern markierten Aufprallstelle der 1 kg schweren Medizinbälle werfen die nächsten Werfer in gleicher Richtung weiter, usw. Ist die Platzanlage für die 8 Würfe nicht lang genug, so wird von den Aufprallstellen der letztmöglichen Würfe der Ursprungsrichtung in die entgegengesetzte Richtung weitergeworfen, jedoch müssen die Mannschaften A und B die Abwurfstellen und somit die Wurfbahnen vertauschen.

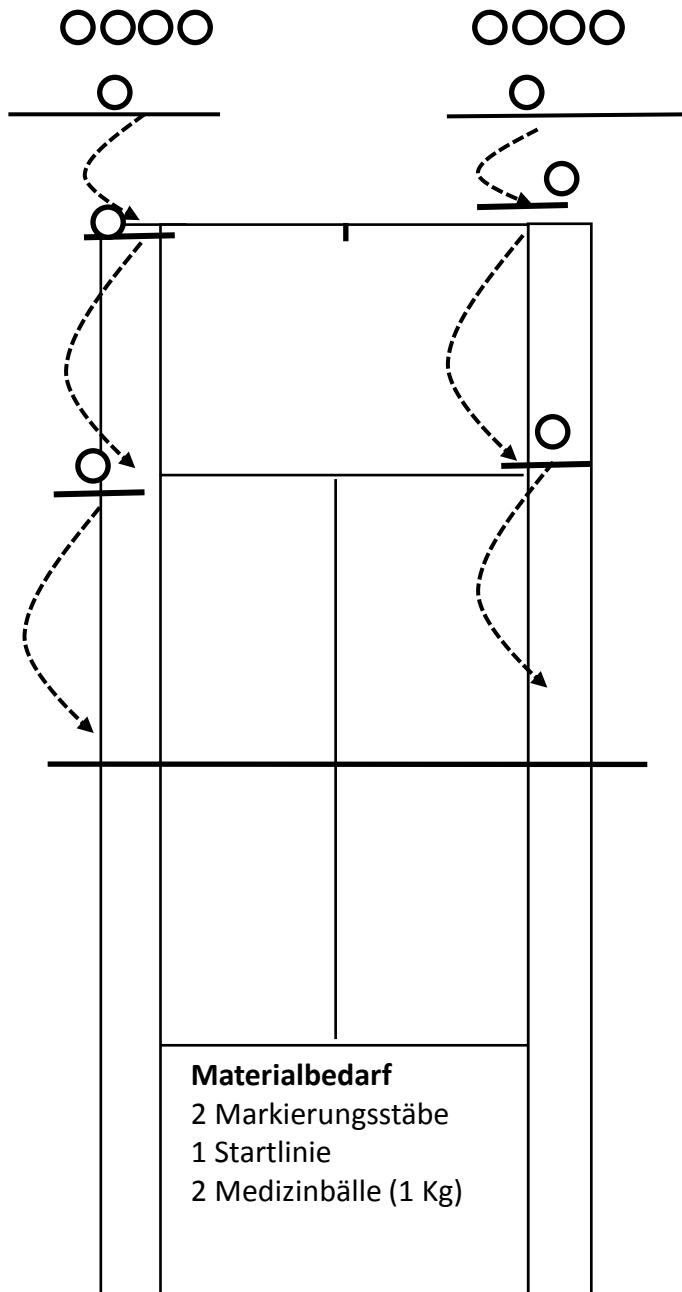
#### Schiedsrichterhinweis

Nachdem der Ball die Hände verlassen hat, kann das Feld betreten werden. Bei dieser Übung ist besonders darauf zu achten, dass sich niemand im Wurfbereich des Balles aufhält. Ein nicht regelgerechter Wurf wird nicht gewertet. Der nachfolgende Werfer wirft von der Aufsprungstelle, von der der fehlerhafte Wurf erfolgte.

#### Sieger

Die Aufprallstellen der Bälle des 8. Werfers entscheiden über den Sieg.

### 3. Wurftopf



### 3.3 Seitlicher Medizinballwurf

#### Aufbau

Ein besonderer Aufbau ist nicht erforderlich. Benötigt werden eine Startlinie und ein Markierungsstab, mit dem der Landepunkt des Medizinballes festgehalten wird.

#### Durchführung

Die jeweils ersten Werfer beider Teams beginnen auf einer Hälfte des Platzes an der Startlinie. Jeder Spieler soll den Medizinball so weit wie möglich werfen. Dazu steht der Spieler in hüftbreiter Stellung parallel zur Linie bzw. zum Markierungsstab. Der Medizinball wird beidarmig seitlich in Hüfthöhe entweder auf der rechten oder linken Körperseite geworfen (Seitschockwurf). An der von den Schiedsrichtern mittels eines Markierungsstabes markierten Aufprallstelle des 1 kg schweren Medizinballes werfen die Spieler in gleicher Richtung weiter. Ist die Platzanlage für die Würfe nicht lang genug, so wird von den Aufprallstellen der letztmöglichen Würfe der Ursprungsrichtung in die entgegengesetzte Richtung weitergeworfen, jedoch müssen die Mannschaften A und B die Abwurfstellen und somit die Wurfbahnen vertauschen.

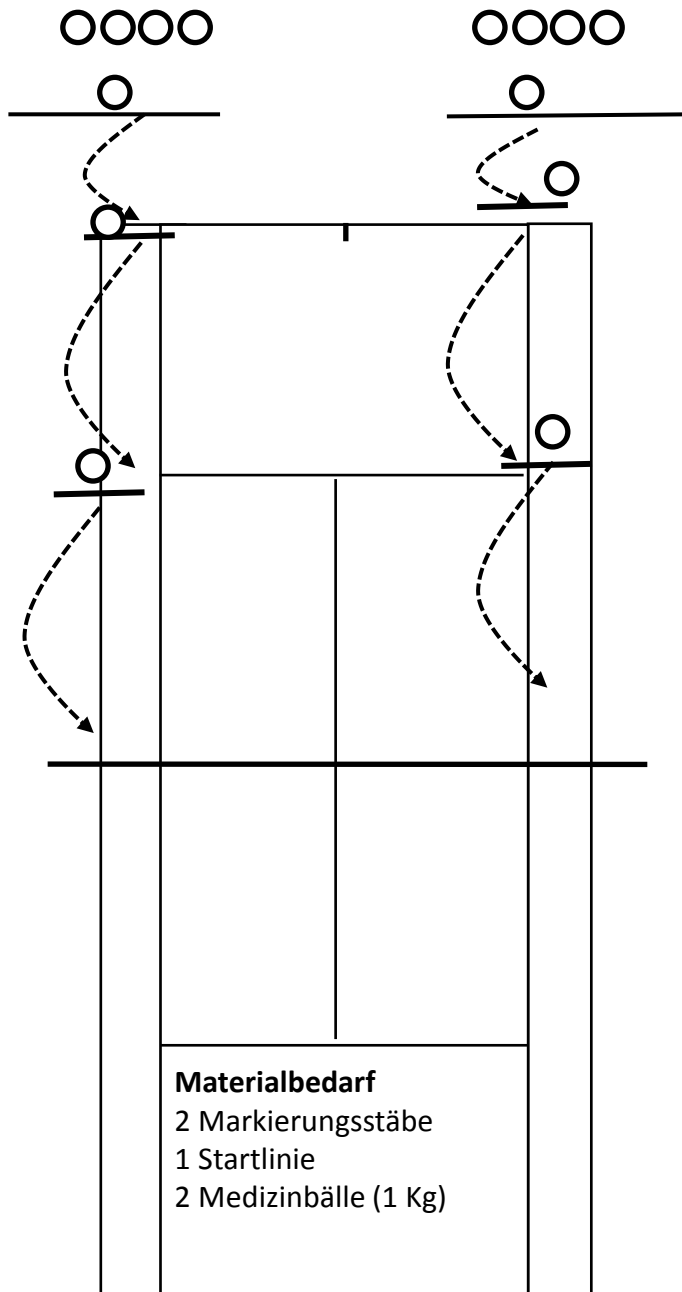
#### Sieger

Die Aufprallstellen der Bälle des letzten Werfers entscheiden über den Sieg.

#### Schiedsrichterhinweis

Nachdem der Ball die Hand verlassen hat, kann das Feld betreten werden. Bei dieser Übung ist darauf zu achten, dass sich niemand im Wurfbereich des Balles aufhält. Ein nicht regelgerechter Wurf wird nicht gewertet. Der nachfolgende Werfer wirft von der Aufsprungstelle, von wo der fehlerhafte Wurf erfolgt.

### 3. Wurftopf



### 3.4 Beidhändiger Medizinballwurf rückwärts über den Kopf

#### Aufbau

Ein besonderer Aufbau ist nicht erforderlich. Benötigt werden eine Startlinie und ein Markierungsstab, mit dem der Landepunkt des Medizinballes festgehalten wird.

#### Durchführung

Die jeweils ersten Werfer der beiden Teams beginnen auf einer Hälfte des Platzes an der Startlinie. Jeder Spieler soll den Medizinball so weit wie möglich werfen. Dazu steht der Spieler in hüftbreiter Stellung mit dem Rücken zur Abwurfrichtung parallel zur Linie bzw. zum Markierungsstab. Der Medizinball wird beidarmig rückwärts über den Kopf geworfen (beidarmiger Schockwurf rückwärts). Der Spieler achtet auf eine gute Ganzkörperstreckung, die Arme sind gestreckt, die Gewichtsverlagerung erfolgt nach der Beugebewegung leicht nach hinten. An der von den Schiedsrichtern mittels eines Markierungsstabes markierten Aufprallstelle des 1 kg schweren Medizinballes werfen die Spieler in gleicher Richtung weiter.

Ist die Platzanlage für die Würfe nicht lang genug, so wird von der Aufprallstelle der letztmöglichen Würfe der Ursprungsrichtung in die entgegengesetzte Richtung weitergeworfen, jedoch müssen die Mannschaften A und B die Abwurfstellen und somit die Wurfbahnen vertauschen.

#### Sieger

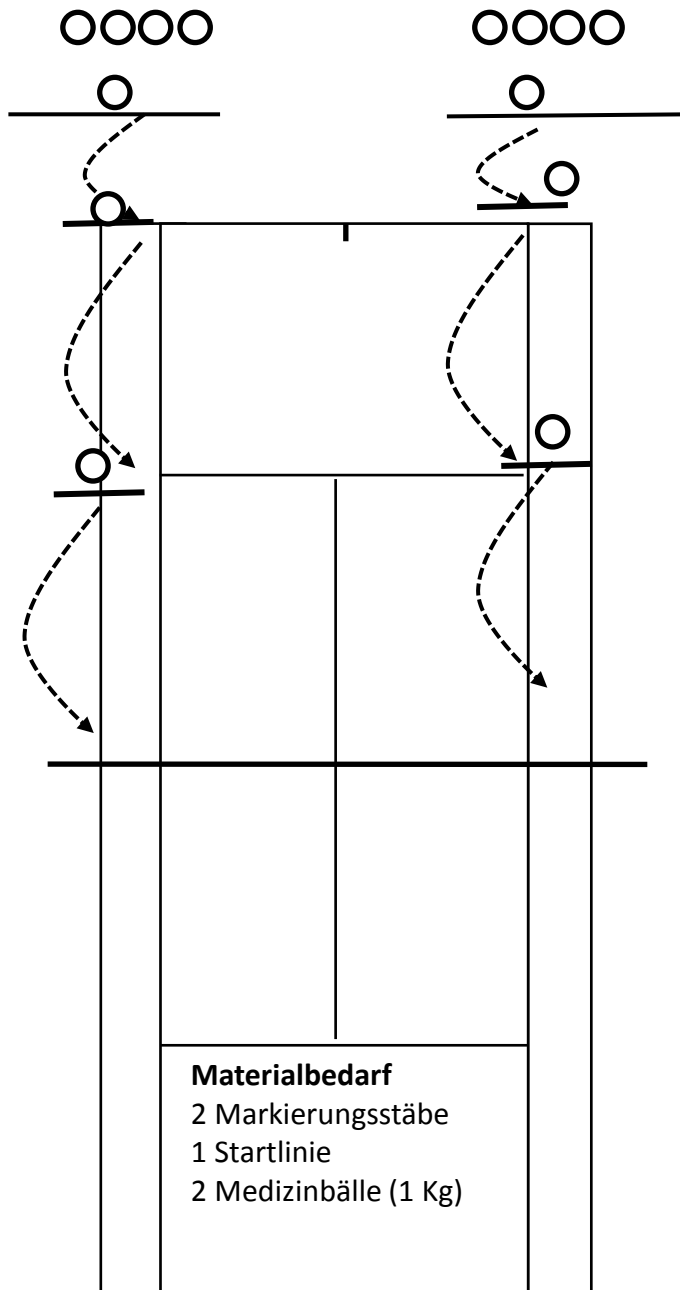
Die Aufprallstellen der Bälle des letzten Werfers entscheiden über den Sieg.

#### Schiedsrichterhinweis

Nachdem der Ball die Hand verlassen hat, kann das Feld betreten werden. Bei dieser Übung ist darauf zu achten, dass sich niemand im Wurfbereich des Balles aufhält. Ein nicht regelgerechter Wurf wird nicht gewertet. Der nachfolgende Werfer wirft von der Aufsprungstelle, von wo der fehlerhafte Wurf erfolgt.



### 3. Wurftopf



### 3.5 Beidhändiger frontaler Medizinballwurf von unten nach oben

#### Aufbau

Ein besonderer Aufbau ist nicht erforderlich. Benötigt werden eine Startlinie und ein Markierungsstab, mit dem der Landepunkt des Medizinballes festgehalten wird.

#### Durchführung

Die jeweils ersten Werfer beider Teams beginnen auf einer Hälfte des Platzes an der Startlinie. Jeder Spieler soll den Medizinball so weit wie möglich werfen. Dazu steht der Spieler in hüftbreiter frontaler Stellung parallel zur Linie bzw. zum Markierungsstab. Der Medizinball wird beidarmig von unten nach oben geworfen (beidarmiger frontaler Schockwurf – Ausholen durch die gegrätschten Beine). Der Spieler achtet auf eine gute Ganzkörperstreckung, die Arme sind gestreckt, die Gewichtsverlagerung erfolgt nach der Beugebewegung leicht nach hinten. An der von den Schiedsrichtern mittels eines Markierungsstabes markierten Aufprallstelle des 1 kg schweren Medizinballes werfen die Spieler in gleicher Richtung weiter. Ist die Platzanlage für die Würfe nicht lang genug, so wird von den Aufprallstellen der letztmöglichen Würfe der Ursprungsrichtung in die entgegengesetzte Richtung weitergeworfen, jedoch müssen die Mannschaften A und B die Abwurfstellen und somit die Wurfbahnen tauschen.

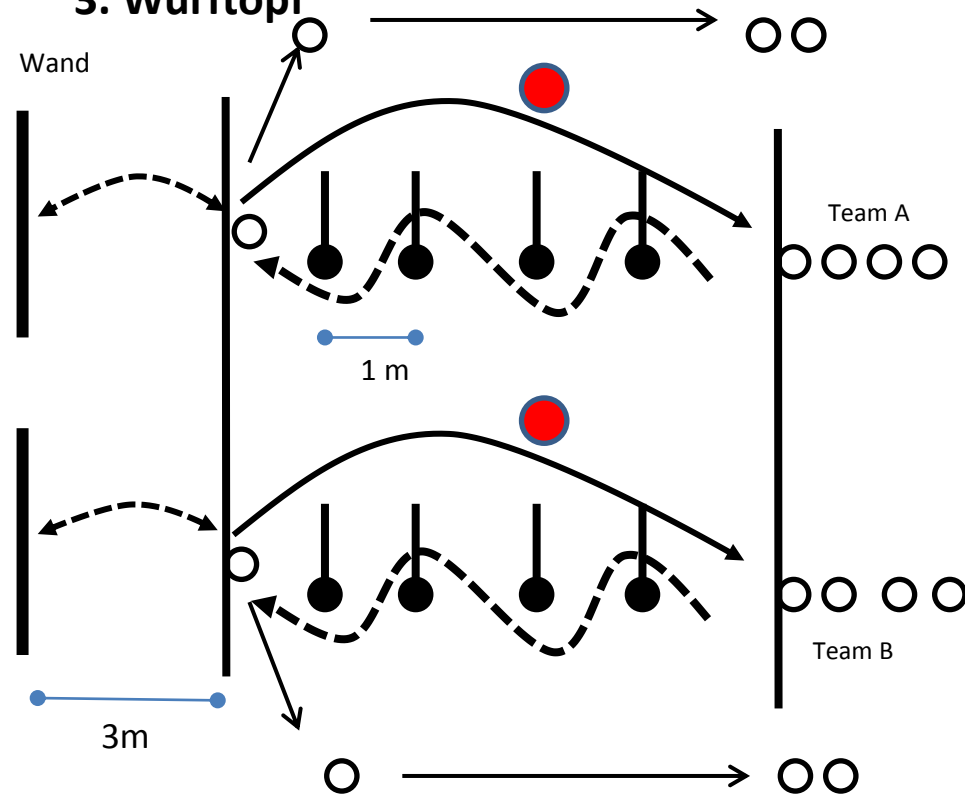
#### Sieger

Die Aufprallstellen der Bälle des letzten Werfers entscheiden über den Sieg.

#### Schiedsrichterhinweis

Nachdem der Ball die Hand verlassen hat, kann das Feld betreten werden. Bei dieser Übung ist darauf zu achten, dass sich niemand im Wurfbereich des Balles aufhält. Ein nicht regelgerechter Wurf wird nicht gewertet. Der nachfolgende Werfer wirft von der Aufsprungstelle, von wo der fehlerhafte Wurf erfolgt.

### 3. Wurftopf



#### Materialbedarf

- 2 Minibasketbälle Gr.5
- 8 Slalomstangen
- Markierungstreifen

### 3.6 Dribbel-Wurf-Staffel

#### Aufbau

Vier Slalomstangen werden in einer Linie hintereinander aufgestellt. Die erste Stange steht auf der Einzelseitenauslinie. Der Abstand zwischen den Stangen beträgt 1 m. Der Abstand von der Wurflinie bis zur Wand beträgt 3 m.

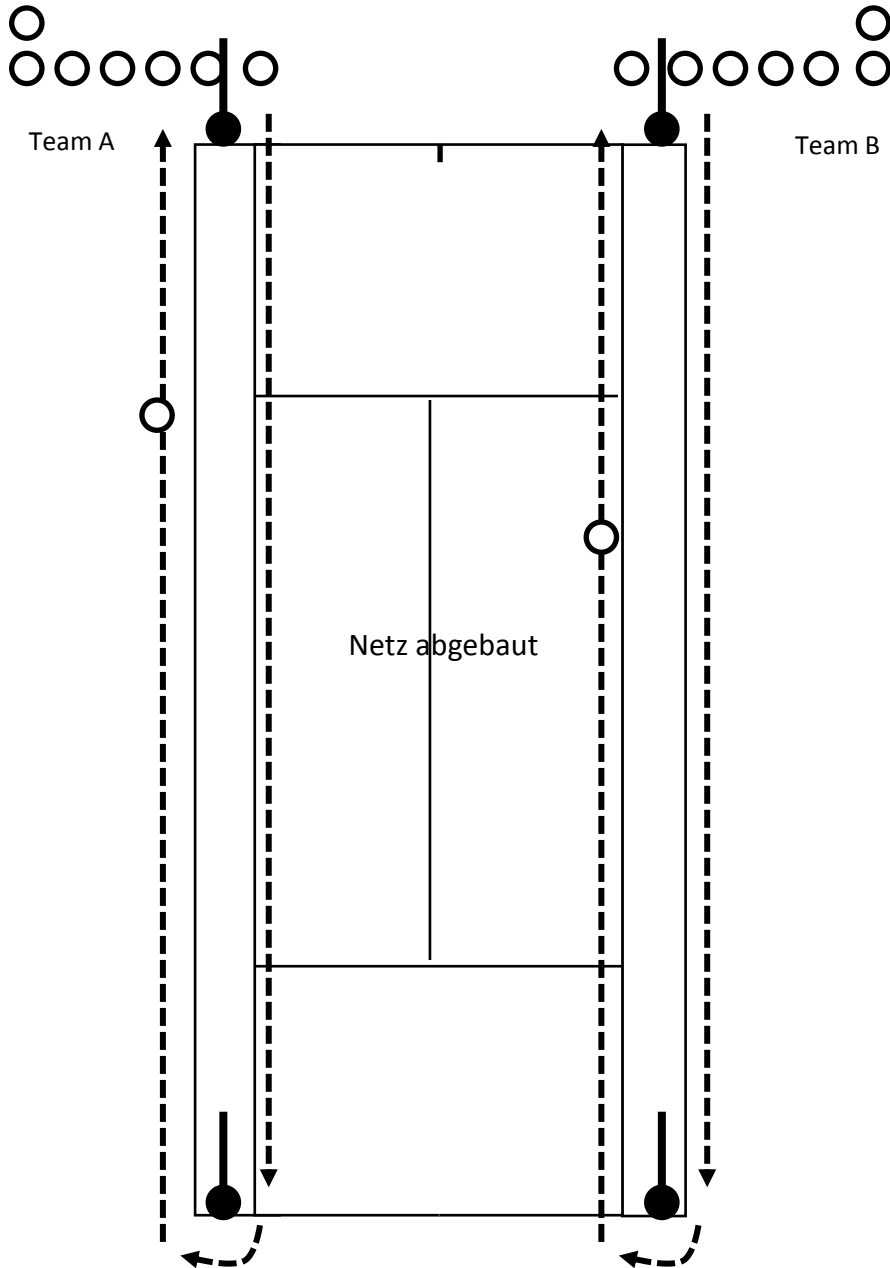
#### Durchführung

Die beiden Teams stehen hinter der Startlinie auf Höhe der ersten Stange. Der erste Spieler beginnt: Slalomdribbeln des Minibasketballes (Gr. 5) bis zur Wurflinie - beidarmiger Überkopfwurf gegen die Wand - direktes oder indirektes (1x Aufspringen des Balles) Fangen des zurückkommenden Balles - danach folgt ein Überkopfwurf zum nächsten Spieler. Der Ball darf erst hinter der Startlinie aufgenommen werden) usw. Der fertige Spieler geht rechts bzw. links am Slalomparcours vorbei zurück zu seiner Mannschaft (siehe Skizze). Der letzte Spieler jeder Mannschaft muss auf dem Rückweg nochmals durch die Slalomstangen dribbeln.

#### Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, deren letzter Spieler zuerst die Doppelseitenauslinie überlaufen und den Ball auf dem Boden abgelegt hat.

## 4. Lauftopf



### 4.1 Sprint

#### Aufbau

An den beiden Spielfeldenden werden auf den Grundlinien Wendestangen aufgebaut. Außerdem sind 2 Wechselringe erforderlich.

#### Durchführung

Die jeweils ersten Läufer der Teams A und B starten auf Kommando von der Grundlinie an den Positionen A und B. Nach einem Lauf von Grundlinie zu Grundlinie und zurück wird der Tennisring dem nächsten Läufer in die hinter der Wechselstange ausgestreckten rechten Hand übergeben, usw. Wird die Wendestange dabei umgestoßen, so muss sie unverzüglich vom Läufer wieder aufgestellt werden.

#### Sieger

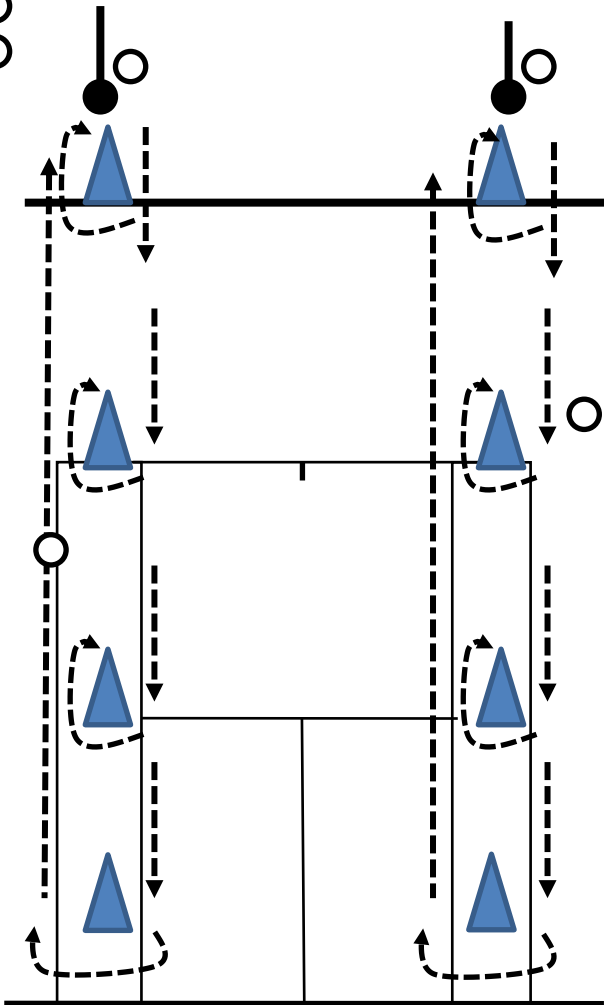
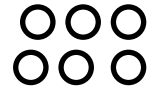
Sieger ist die Mannschaft, deren 8. Läufer zuerst die Grundlinie überquert und die Wendestange umgeworfen hat.

#### **Materialbedarf**

4 Wendestangen

2 Tennisringe (Wechselringe)

## 4. Lauftopf



### Materialbedarf

- 2 Wendestangen
- 8 Pylonen
- 2 Tennisringe (Wechselringe)
- 1 Start- und Ziellinie

## 4.2 Pendelsprint

### Aufbau

4 Markierungen (Pylonen oder Stangen) werden pro Mannschaft auf die in der Skizze dargestellten Punkte gelegt (Start- und Ziellinie, Grundlinie, Aufschlaglinie und 1m vor dem Netz). 3 m hinter der Grundlinie wird eine Start- und Ziellinie markiert. Der Läufer erhält einen Tennisring (Wechselring).

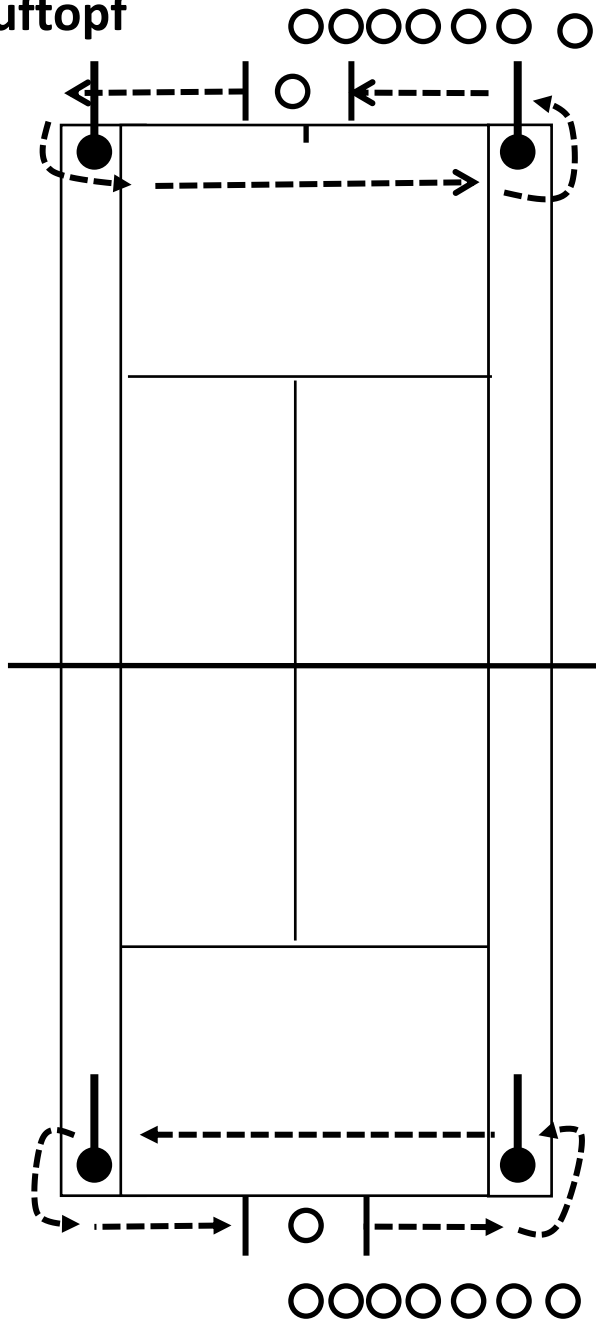
### Durchführung

Die Spieler jeder Mannschaft stehen in Schrittstellung hinter der Start- und Zielmarkierung und starten auf Kommando zur ersten Markierung an der Grundlinie, umrunden diese Markierung, sprinten zurück zur Startmarkierung, umrunden diese Markierung, sprinten zur Markierung an der Aufschlaglinie, umrunden sie und sprinten zurück zur Startmarkierung, umrunden sie und sprinten zur Markierung in der Nähe des Netzes, umrunden auch diese und sprinten zurück zum Ziel. Dort übergeben sie den Tennisring in die, hinter der Wechselstange ausgestreckten rechten Hand des nächsten Läufers. Der nächste Läufer startet links neben der Wendestange, usw.

### Sieger

Sieger ist die Mannschaft, deren 8.Läufer als erster die Wechselstange umgeworfen und den Tennisring auf dem Boden abgelegt hat.

## 4. Lauftopf



### 4.3 Grundliniensprint

#### Aufbau

An den beiden Grundlinien werden jeweils 2 Markierungskegel in der Mitte zwischen Doppel- und Einzelauslinie aufgestellt. In der Mitte der Grundlinie ist eine Wechselstelle zu markieren.

#### Durchführung

Die jeweils ersten Läufer der Mannschaften starten auf Kommando von der Mitte der Grundlinie. Nach einem Lauf von der Mitte der Grundlinie zum Wendekegel rechts, um den Wendekegel herum, zum Wendekegel links, um den Wendekegel herum und zurück zur Mitte der Grundlinie wird an der Wechselstelle der Wechselring (Tennisring) übergeben, usw.

#### Sieger

Sieger ist die Mannschaft, deren achter Läufer zuerst die Ziellinie/Mitte der Grundlinie überquert.

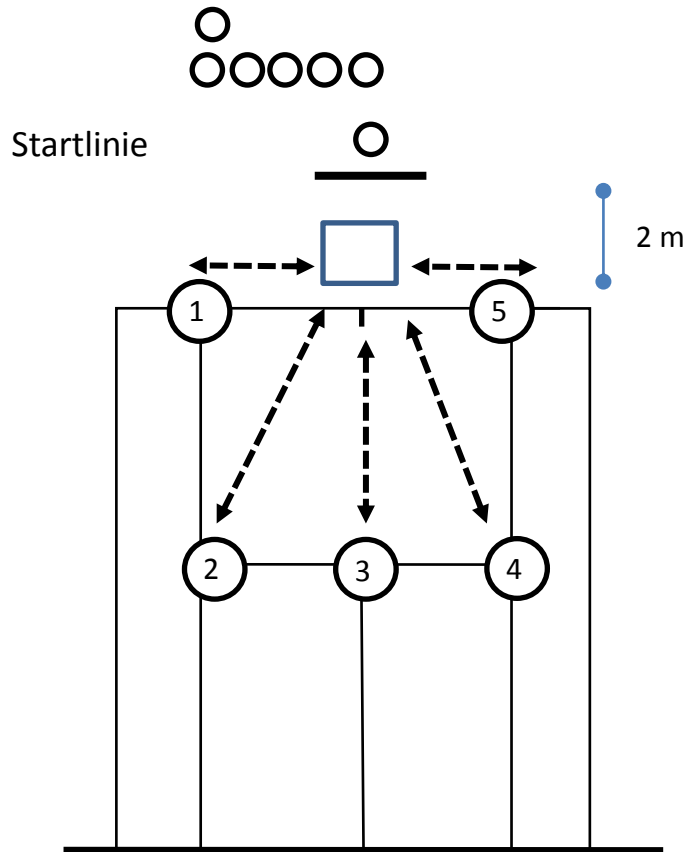
#### **Materialbedarf**

**2 Tennisringe**

4 Markierungsstäbe

4 Markierungen für den Wechselbereich

## 4. Lauftopf



### Materialbedarf

- 2 Markierungsstäbe
- 1 Startlinie
- 10 Tennisbälle
- 10 Ringe
- 2 Balleimer
- 2 Startlinien

## 4.4 Fächerlauf 1

### Aufbau

In beiden Spielfeldhälften werden an den Punkten 1 bis 5 Tennisbälle in Ringe gelegt. Am Start- und Zielpunkt steht ein Balleimer.

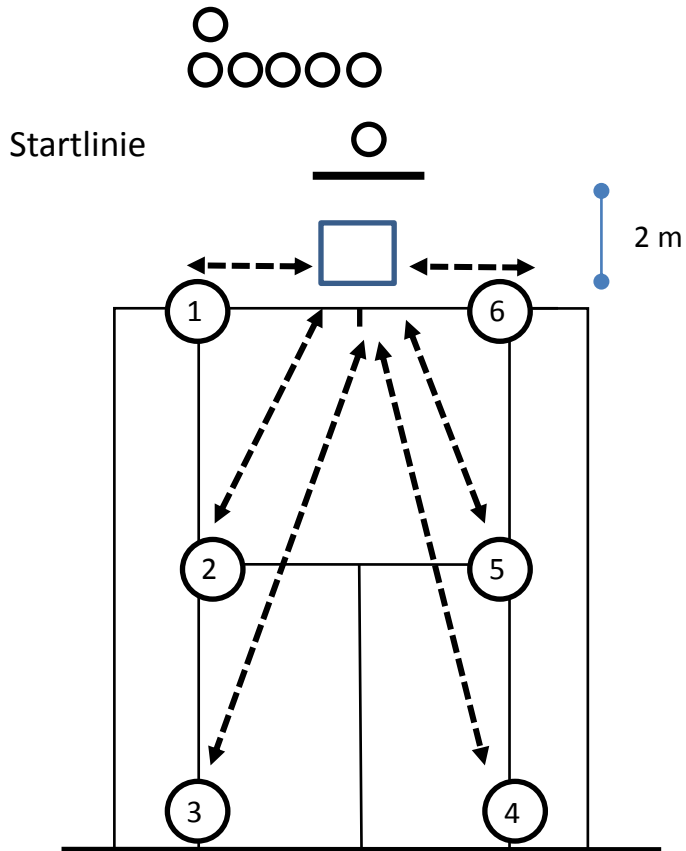
### Durchführung

Der erste Läufer der Mannschaften läuft vom Startpunkt aus so schnell wie möglich zum Ring 1, holt den Tennisball und bringt ihn in den Balleimer; danach läuft er zum Ring 2, usw. Nachdem er den Tennisball aus Ring 5 in den Balleimer gebracht hat, klatscht er den nächsten Läufer seiner Mannschaft ab. Dieser hat die Aufgabe die Bälle in der Reihenfolge 1 bis 5 wieder in die Ringe zurückzubringen. Der nächste Läufer holt sie erneut zurück, usw.

### Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, deren 8. Läufer alle 5 Bälle in die Ringe zurückgelegt hat und die Ziellinie als erster überquert hat.

## 4. Lauftopf



### Materialbedarf

- 12 Tennisringe
- 12 Tennisbälle
- 2 Balleimer

## 4.5 Fächerlauf 2

### Aufbau

In beiden Spielfeldhälften werden an den Punkten 1 bis 6 Tennisbälle in Ringe gelegt. Am Start- und Zielpunkt steht ein Balleimer.

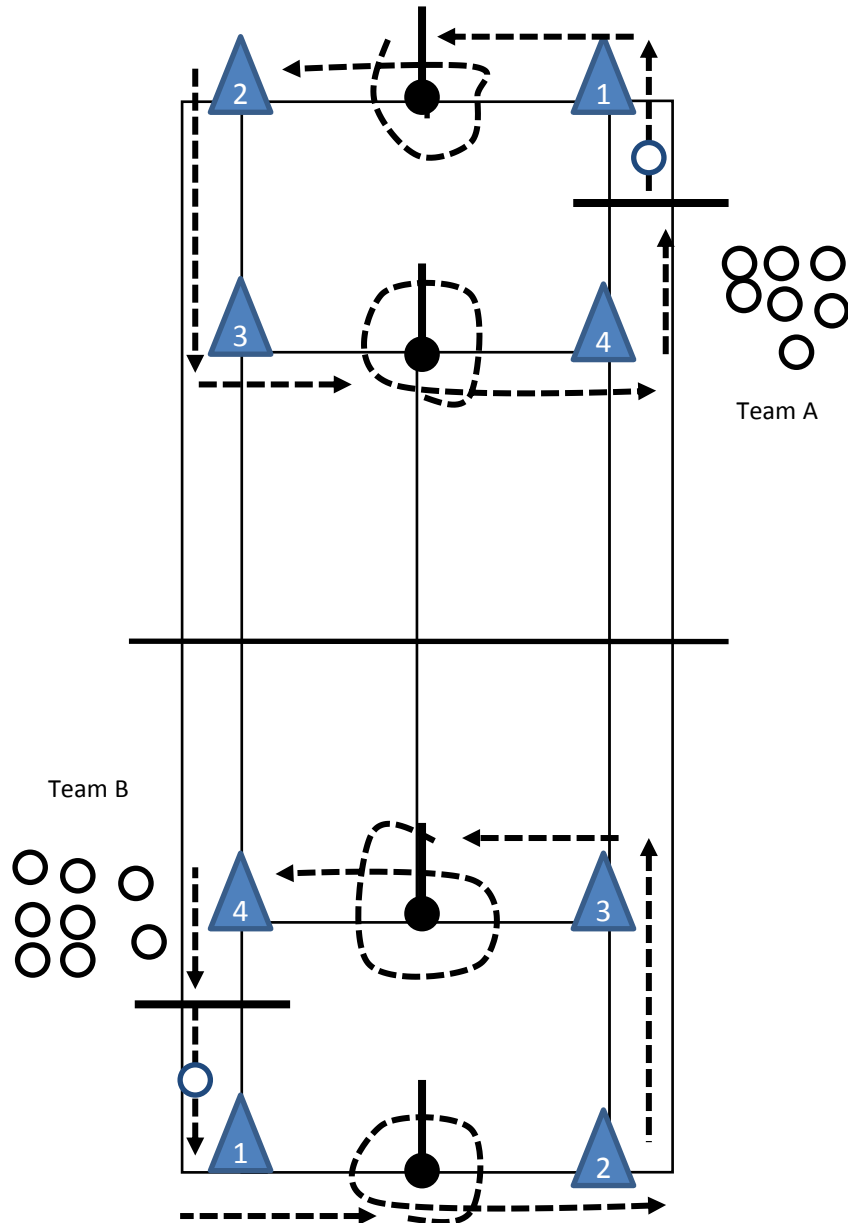
### Durchführung

Die jeweils ersten Läufer der Mannschaften starten auf Kommando an den Startpositionen. Jede Mannschaft auf einem halben Tennisfeld. Der Läufer sprintet zu Punkt 1 und zurück zum Ausgangspunkt, dann zu Punkt 2 und zum Ausgangspunkt, usw. Wenn er von Punkt 6 zum Ausgangspunkt kommt, schlägt er den zweiten Läufer seiner Mannschaft ab, Dieser hat die Aufgabe die Bälle in der Reihenfolge 1 bis 6 wieder in die Ringe zurückzubringen. Der nächste Läufer holt sie erneut zurück, usw.

### Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, deren 8.Läufer alle 6 Bälle in die Ringe zurückgelegt hat und die Ziellinie als erster überquert hat.

## 4. Lauftopf



### 4.6 Sprint im Tennisfeld

#### Aufbau

In der hinteren Hälfte des Tennisfeldes werden pro Mannschaft jeweils 4 Pylonen und 2 Malstangen in der auf der Skizze dargestellten Weise aufgebaut. Jeder Läufer erhält einen Wechselring (Tennisring).

#### Durchführung

Die jeweils ersten Läufer der Mannschaften starten auf Kommando von der Start- und Ziellinie. Nach einem Lauf von dieser Linie um den Wendekegel 1, danach Umrundung der Malstange 1, weiter um den Wendekegel 2, Wendekegel 3, Umrundung der Malstange 2, dann um Wendekegel 4 zurück zur Start-/Ziellinie wird dort der Tennisring übergeben usw.

#### Sieger

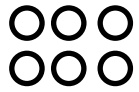
Sieger ist die Mannschaft, deren achter Läufer zuerst die Start-/Ziellinie überquert.

#### **Materialbedarf**

- 2 Tennisringe
- 8 Pylonen
- 4 Malstangen
- 2 Markierungslinien



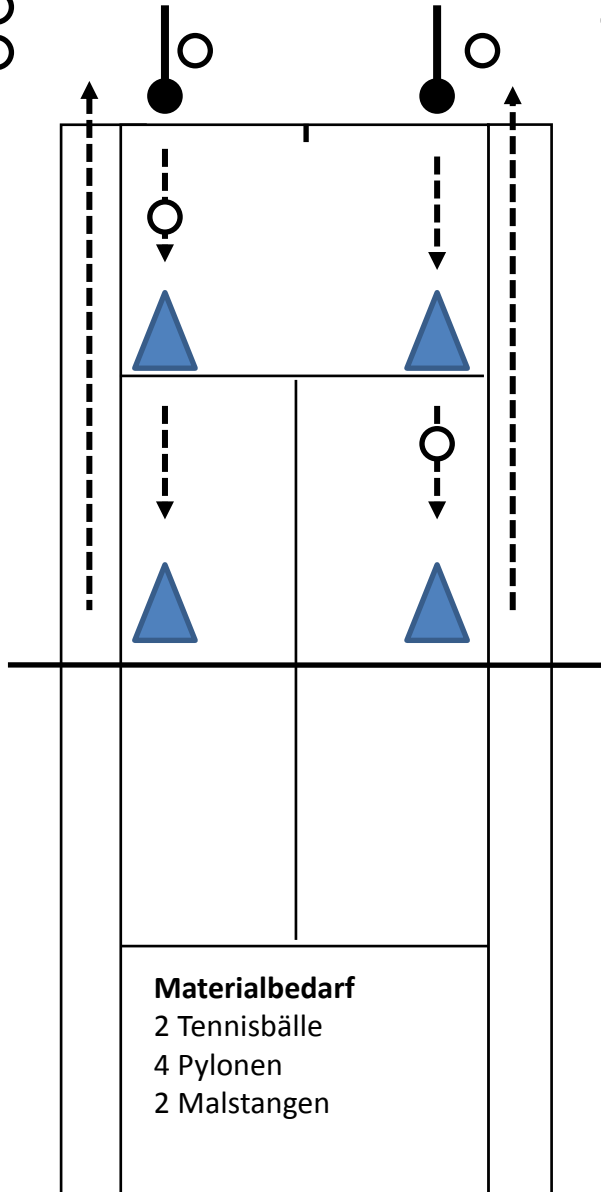
## 4. Lauftopf



Team A



Team B



## 4.7 Balltransportsprint

### Aufbau

Eine Pylone (an der Spitze mit Öffnung) wird kurz vor dem Netz, eine weitere auf der Aufschlaglinie aufgestellt.

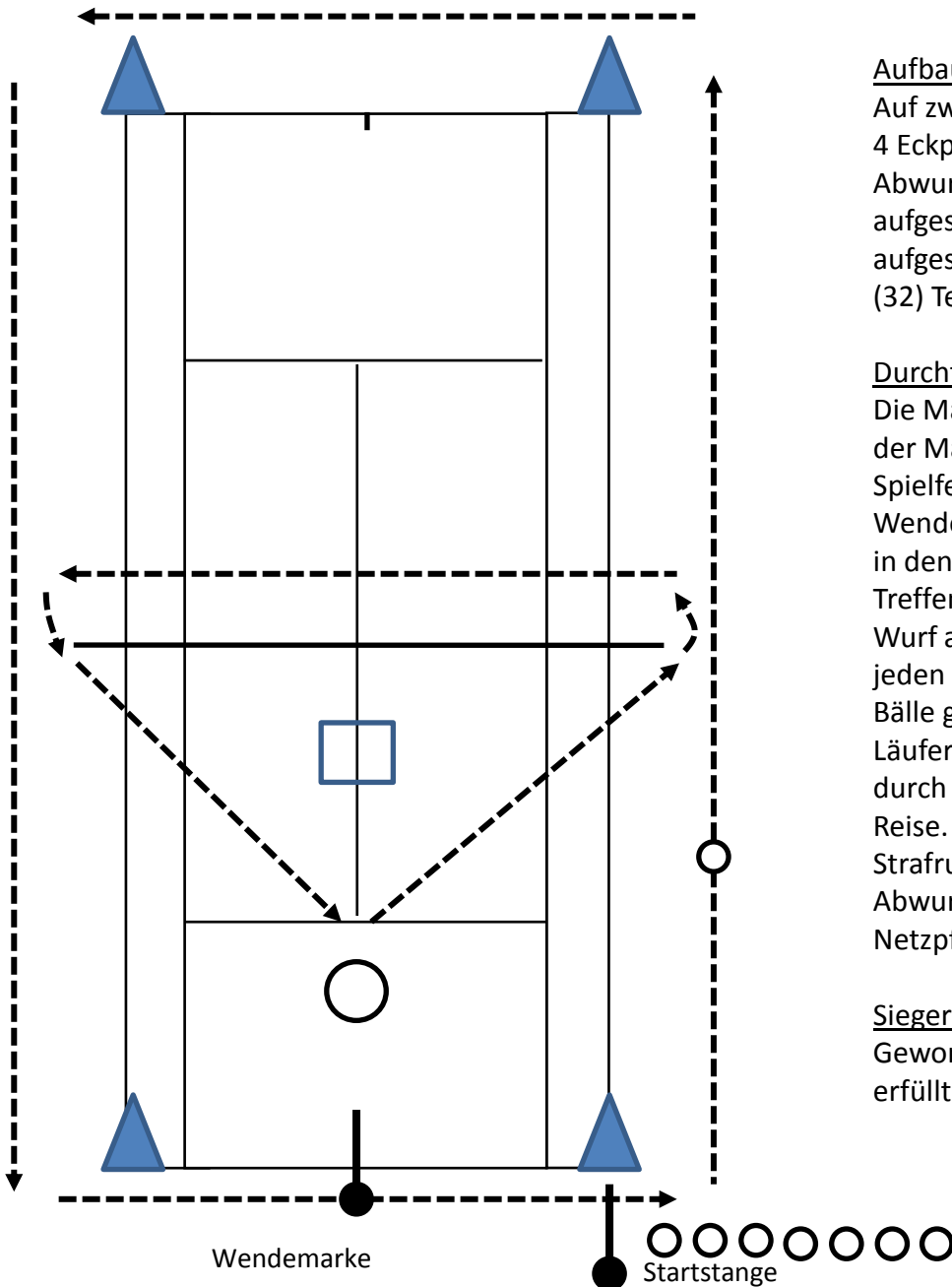
### Durchführung

Der jeweils erste Läufer der Mannschaften startet auf Kommando von der Grundlinie. Der Spieler läuft zur Aufschlaglinie, nimmt dort einen Tennisball von der Pylone, läuft weiter zum Netz, legt dort den Tennisball auf eine leere Pylone, sprintet dann zurück zur Grundlinie und klatscht den zweiten Staffelläufer mit der Hand ab (rechte Hand hinter der Start- und Zielstange). Der zweite läuft bis zum Netz, nimmt den Ball von der Pylone, läuft zur Aufschlaglinie, legt den Ball auf die dortige Pylone, läuft weiter zur Grundlinie und schlägt den nächsten Läufer ab, usw.

### Sieger

Sieger ist die Mannschaft, deren letzter Läufer zuerst die Ziellinie überquert hat.

## 4. Lauftopf



## 4.8 Biathlon

### Aufbau

Auf zwei nebeneinander liegenden Tennisplätzen werden an den 4 Eckpunkten, den beiden Wendepunkten und an den Abwurfpunkten Pylonen oder Stangen als Markierungen aufgestellt. 2m vor dem Netz wird ein Sprungkasten umgekehrt aufgestellt. Vor der Aufschlaglinie steht ein Balleimer mit 8 x 4 (32) Tennisbällen.

### Durchführung

Die Mannschaften stehen an den Startstange. Der jeweils Erste der Mannschaften startet zu den 2 zu laufenden Runden um das Spielfeld. Nach der letzten Runde gelangt er nach Passieren des Wendepunktes zum Abwurfpunkt. Dort müssen von ihm 4 Bälle in den Behälter geworfen werden. Springt der Ball nach dem Treffen des Behälters wieder aus diesem heraus, so zählt dieser Wurf als Treffer. Trifft ein Ball nicht in den Behälter, muss für jeden dieser Bälle eine Strafrunde gelaufen werden. Haben alle Bälle getroffen oder sind die Strafrunden gelaufen, kehrt der Läufer zu seiner Mannschaft zurück und schickt den Nächsten durch Abklatschen der linken Hand neben der Startstange auf die Reise.

Strafrunde: Nachdem die 4 Bälle geworfen wurden, wird vom Abwurfpunkt um den Netzposten zum gegenüberliegenden Netzposten und wieder zum Abwurfpunkt zurück gelaufen.

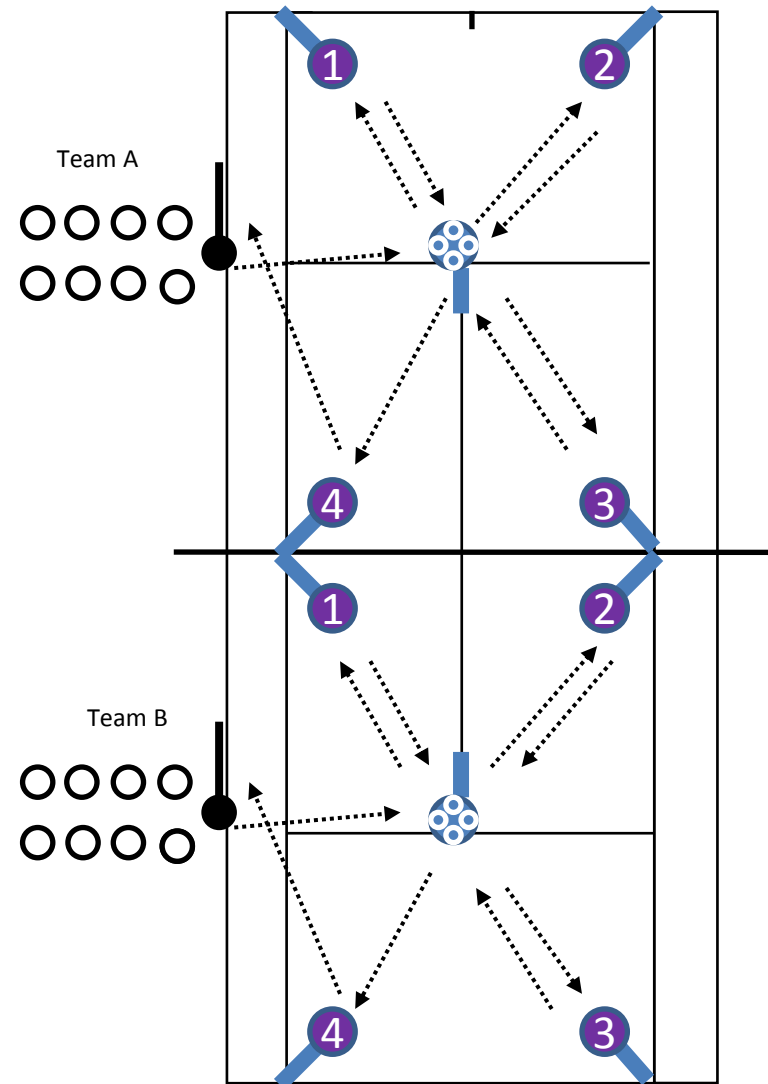
### Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, deren 8.Läufer die Aufgabe zuerst erfüllt hat und die Startstange umgeworfen hat.

### **Materialbedarf**

- 32 Tennisbälle
- 1 kleiner Turnkasten
- 1 Balleimer
- 4 Pylonen
- 2 Malstangen

## 4. Lauftopf



## 4.9 Vier Eckenlauf

### Aufbau

In den vier Eckpunkten des Tennisfeldes (Einzelfeld) werden vier Tennisschläger jeweils mit dem Griff zum Eckpunkt gelegt. Ein fünfter Schläger wird in die Spielfeldmitte platziert. Der Griff dieses Schlägers zeigt zum Netz. Auf diesen Schläger werden vier Tennisbälle gelegt.

### Durchführung

Start: der erste Läufer der beiden Teams startet auf Höhe der Aufschlaglinie hinter der Seitenlinie des Doppelfeldes rechts neben der Start- und Zielstange. Er läuft zunächst zum Schläger in der Spielfeldmitte, holt einen Tennisball und legt ihn auf den Schläger (1) ab. Der Ball muss auf dem Schläger liegen, bevor der nächste Ball aus der Mitte geholt und auf den nächsten Schläger (2) in einer Ecke gelegt wird. Nachdem der Läufer alle vier Tennisbälle in der Reihenfolge 1 bis 4 abgelegt hat, sprintet er an den Startpunkt und klatscht den nächsten Läufer (linke Hand) seines Teams ab. Dazu steht der nächste Läufer rechts neben der Start- und Zielstange. Seine linke Hand befindet sich auf der linken Seite der Stange. Der zweite Läufer hat die Aufgabe, die Bälle jeweils einzeln und hintereinander in der Reihenfolge 4 zu 1 auf den Schläger in der Spielfeldmitte zurückzubringen. Der dritte Läufer holt die Bälle wieder in die Mitte zurück und der vierte Läufer bringt sie wieder in die Ecken.

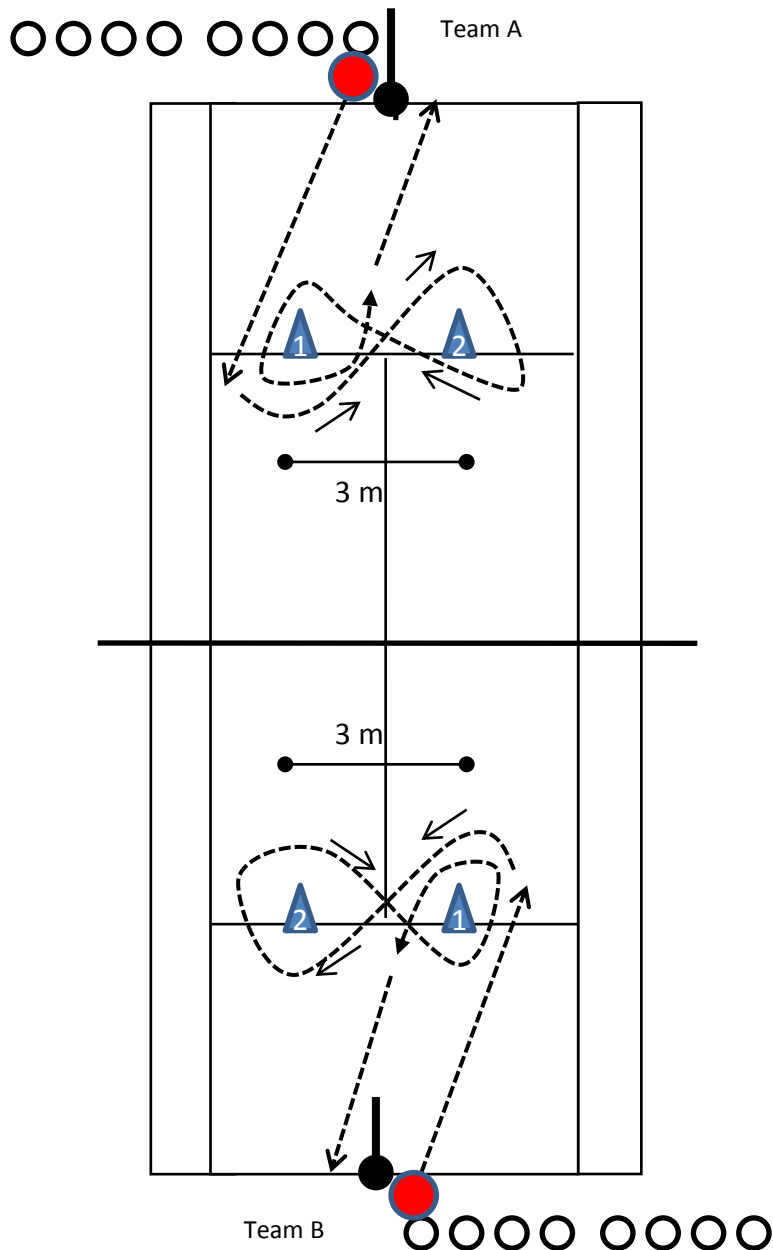
### Sieger

Gewonnen hat das Team, dessen 8. Läufer alle vier Bälle auf die Schläger zurückgelegt und die Start- und Zielstange als Erster überquert hat.

### Materialbedarf

- 8 Tennisbälle
- 10 Tennisschläger
- 2 Malstangen

## 4. Lauftopf



### 4.10 Achterlauf

#### Aufbau

Zwei Pylonen werden auf der Aufschlaglinie im Abstand von 3m aufgestellt. Eine Start- und Zielstange steht in der Mitte der Grundlinie auf dem Mittelzeichen. Ein Medizinball (1Kg) liegt rechts neben der Startstange. (siehe Skizze).

#### Durchführung

Der erste Läufer steht hinter dem Medizinball. Er nimmt ihn auf und läuft eine querliegende Acht um die beiden Pylonen. Danach läuft er durch die beiden Pylonen zur Start- und Zielstange zurück und übergibt hinter der Stange den Medizinball dem nächsten Läufer (siehe Skizze).

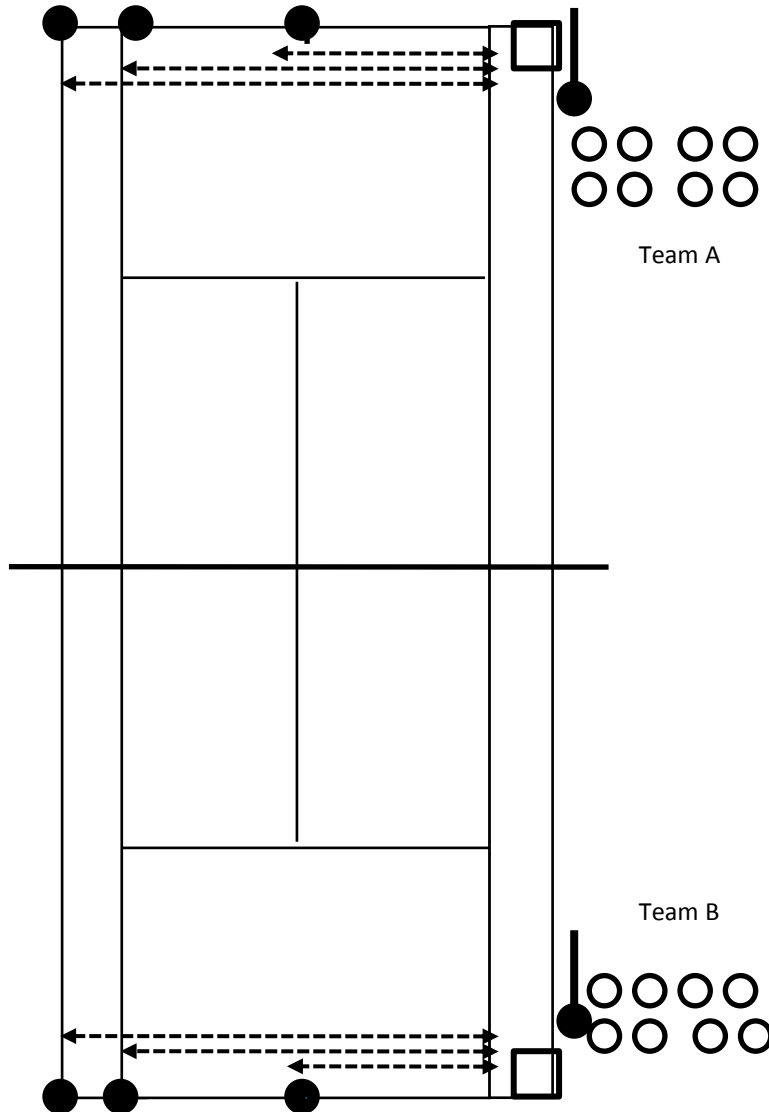
#### Sieger

Gewonnen hat das Team, dessen letzter Läufer als erster an der Zielstange vorbei gelaufen ist und den Medizinball auf den Boden abgelegt hat.

#### Materialbedarf

- 2 Medizinbälle 1 kg
- 4 Pylonen
- 2 Malstangen

## 4. Lauftopf



### 4.11 Hole und bringe den Ball

#### Aufbau

An drei hintereinander liegenden Positionen (Mittelinie, Eckpunkt Einzellinie und Eckpunkt Doppellinie) werden Markierungsteller platziert. In den Ecken des Doppelfeldes befindet sich ein umgekehrter Deckel eines Balleimers. Vor dem Start des ersten Läufers wird auf jeden Markierungsteller ein Tennisball abgelegt.

#### Durchführung

Der Start des ersten Läufers erfolgt aus der Schrittstellung hinter der Seitenauslinie des Doppelfeldes links bzw. rechts neben der Start- und Zielstange. Der erste Läufer holt nacheinander jeweils einzeln den Tennisball von dem Markierungsteller und legt ihn auf den Balleimerdeckel ab. Nachdem er alle drei Bälle geholt und abgelegt hat, klatscht er den nächsten Läufer ab (rechte bzw. linke Hand hinter der Startstange). Der nächste Läufer des Teams bringt jeden Tennisball einzeln und nacheinander wieder zurück auf die Markierungsteller. Danach klatscht er den nächsten Läufer ab. Der dritte Läufer holt wiederum die Bälle zum Balleimerdeckel. Schließlich bringt der vierte Läufer die Tennisbälle wieder zurück auf die Markierungsteller. Die Tennisbälle müssen in der Reihenfolge der platzierten Markierungsteller geholt und gebracht werden. Die Tennisbälle müssen auf dem Balleimerdeckel liegen. Ebenso müssen die Tennisbälle auf den Markierungstellern liegen. Daneben liegende Bälle müssen von dem jeweiligen Läufer wieder auf den Markierungsteller bzw. Balleimerdeckel gelegt werden. Erst danach darf er seinen Lauf fortsetzen.

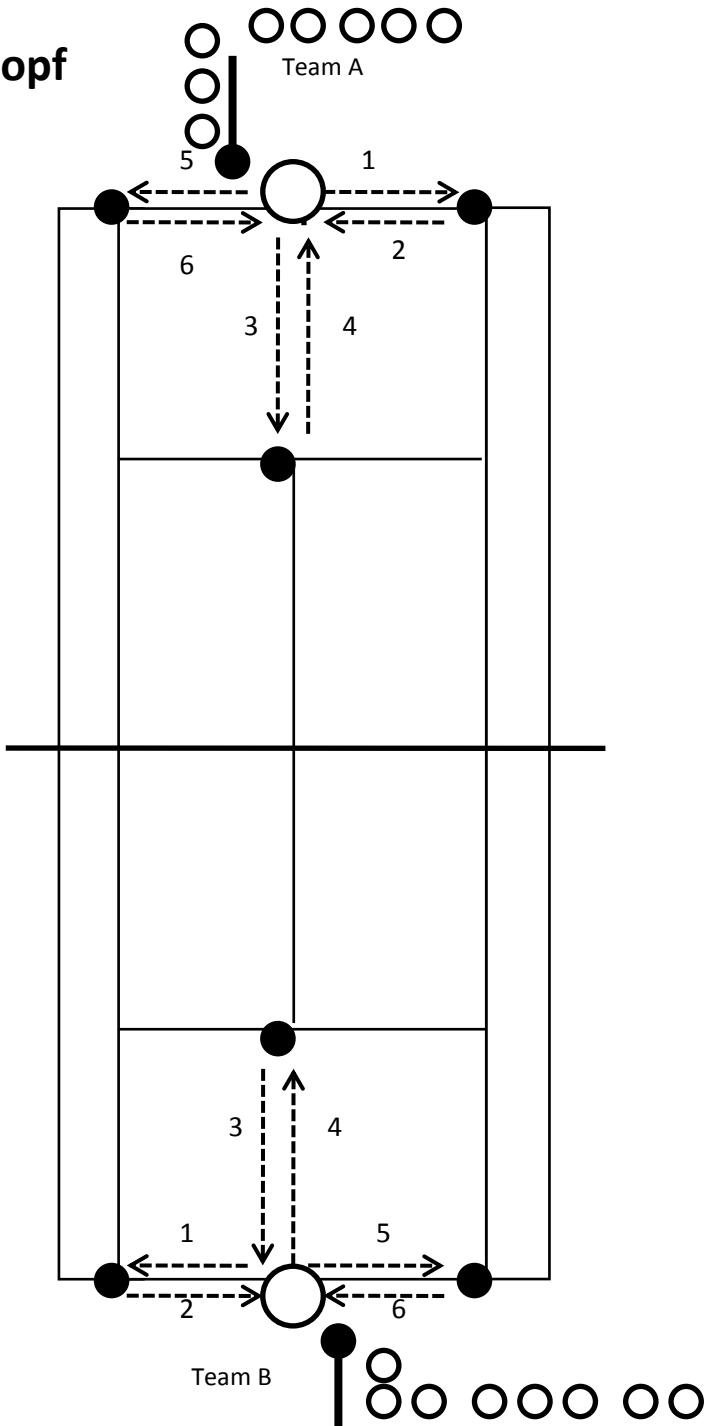
#### Sieger

Gewonnen hat das Team, dessen 8. Spieler alle vier Bälle auf den Markierungstellern abgelegt hat und die Zielstange als Erster überquert hat.

#### Materialbedarf

- 6 Tennisbälle
- 6 Markierungsteller
- 2 Malstangen
- 2 Balleimerdeckel

# 4. Lauftopf



# 4.12 T-Run

**Aufbau**

Auf Mitte der Grundlinie wird ein Balleimer gestellt. An den beiden Eckpunkten des Einzelspielfeldes und an dem Mittelpunkt der beiden Aufschlagfelder wird jeweils ein Tennisball auf eine Markierungsscheibe gelegt (siehe Skizze).

Durchführung

Der erste Läufer des Teams steht in der Ausgangsposition rechts neben der Start- und Zielstange. Er muss folgende Aufgabe lösen:  
 Von der Ausgangsposition in die linke Spielfeldecke laufen  
 Ballaufnahme  
 Zurück zur Ausgangsposition  
 Ballablage in den Balleimer  
 Nach vorne zum T-Linienkreuz laufen  
 Ballaufnahme und zurück zur Ausgangsposition  
 Ballablage in den Balleimer  
 Lauf in die rechte Spielfeldecke und Ballaufnahme  
 Zurück zur Ausgangsposition und Ballablage  
 Abklatschen der linken Hand des nächsten Läufers seitlich neben der Start- und Zielstange.

Der zweite Läufer des Teams bringt die Bälle jeweils einzeln in folgender Reihenfolge zu den Markierungen zurück:  
 Ball auf die Markierung in der linken Spielfeldecke  
 Ball auf die Markierung auf dem T-Linienkreuz  
 Ball auf die Markierung in der rechten Spielfeldecke  
 Abklatschen der rechten Hand des dritten Läufers.  
 Der dritte Läufer holt die Bälle wieder wie der erste Läufer in den Balleimer zurück. Schließlich bringt der vierte Läufer die Bälle wieder wie der zweite Läufer zu den Markierungen zurück.

Sieger

Gewonnen hat die Mannschaft, deren letzter Läufer zuerst die Start- und Zielstange überquert hat.

**Materialbedarf**

- 6 Tennisbälle
- 6 Markierungsteller
- 2 Malstangen
- 2 Balleimerdeckel