

# GRUNDSCHULPOKAL LEICHTATHLETIK FÜR 2./3./4. KLASSEN



**Mittwoch, 27. Mai 2026 ab 9 Uhr**

**Ort:** Sportanlage Opferberg  
**HVV:** S-Bahn Neuwiedenthal

**Meldung bis Mittwoch 18.05.2026:**  
[Schulsport-Harburg@web.de](mailto:Schulsport-Harburg@web.de) (Ansprechpartner Marcus Jung)

**Neu: Jetzt auch für Klassenstufe 2!!!!**

Dieser Wettbewerb ist für gemischte **Klassenmannschaften** ausgeschrieben.  
Alle Schülerinnen und Schüler einer Klasse müssen mindestens in einer und max. in drei Disziplin eingesetzt werden. In jeder der vier Disziplinen starten je 5 Jungen und Mädchen aus einer Klasse.

Der Wettkampf besteht aus folgenden Wettbewerben:

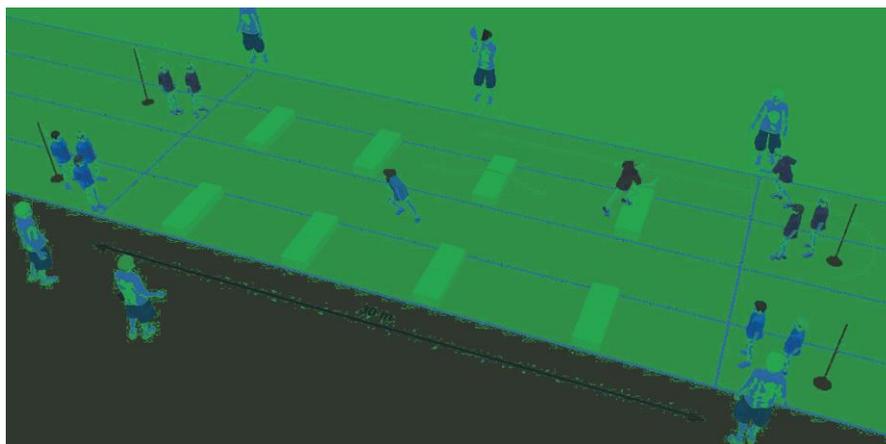
- 30-m-Pendelstaffel
- Zonenweitsprung
- Flatterball-Weitwurf
- Ball-Transportlauf

Gewertet wird die Zeit bzw. die erreichte Punktzahl. Für jeden Wettbewerb wird eine Rangfolge erstellt (1. Platz = 1 Punkt, 2. Platz = 2 Punkte usw.). Die Mannschaft mit der geringsten Gesamtpunktzahl aus allen vier Wettbewerben hat gewonnen.

Auf den folgenden Seiten werden die Disziplinen beschrieben:

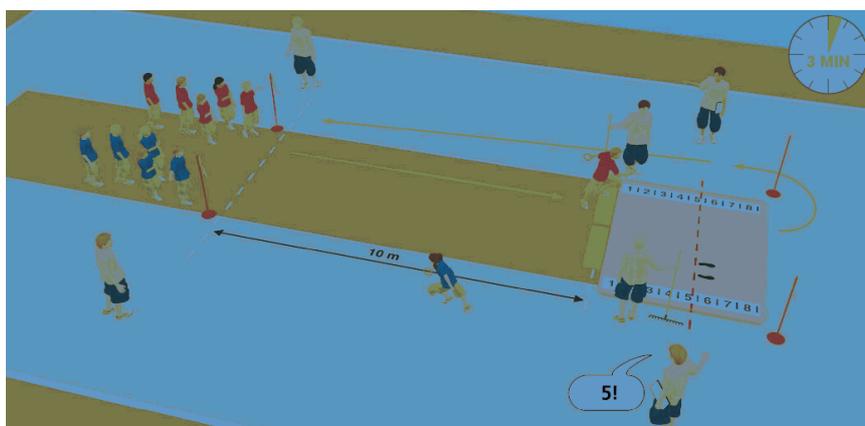
### 30-m-Pendelstaffel

Gelaufen wird ein 30-m-Hindernissprint über z.B. Bananenkartons (auf dem Hinweg) und ein 30-m-Flachsprint (auf dem Rückweg) in Form einer Pendelstaffel. Dazu stellt sich je die Hälfte der Mannschaft an der Startlinie der Hindernis- bzw. Flachstrecke auf. Jedes Mannschaftsmitglied muss einmal die Hindernis- und einmal die Flachstrecke laufen.



### Zonenweitsprung-Staffel

Die Mannschaft stellt sich hinter dem Ablaufbereich auf (10-12 m vor der 80-cm-Absprungsfläche). Der/Die Springer/in läuft an, springt in eine der Zonen und verlässt nach der Landung die Grube vorn um das Mal herum. Die Mannschaft springt in Staffelform 3 Minuten lang. Die so erreichten Punkte der Springer/innen werden innerhalb einer Mannschaft addiert.



### **Flutterball-Weitwurf**

Die Mannschaftsmitglieder stehen hinter einem Hindernis an einer festen Abwurflinie, die 5 m davon entfernt ist. Geworfen wird über das Hindernis hinaus in Richtung Platzmitte. Alle Mannschaftsmitglieder haben 3 Versuche. Es werden alle drei Versuche für das Mannschaftsergebnis gewertet.

### **Ball-Transportlauf**

Die Mannschaften stehen im gleichen Abstand auf der Rundbahn. Gelaufen wird über einen Zeitraum von 8 Minuten. Während dieser Zeit werden Bälle (immer einer pro Person) transportiert. Vom Startpunkt aus laufen die Schüler/innen zur nächsten Zählstation, legen den Ball ab und nehmen 5 m später an der Aufnahmestation einen neuen Ball, den sie zur Zählstation am Start bringen, usw. Die Mannschaft, die die meisten Bälle transportiert, gewinnt.

Mit sportlichen Grüßen

Marcus Jung,  
Liane Kemnitz  
Oliver Marien

