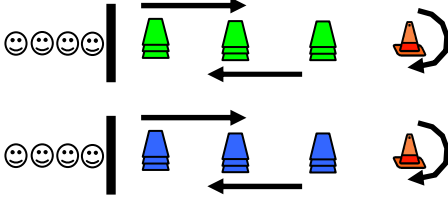

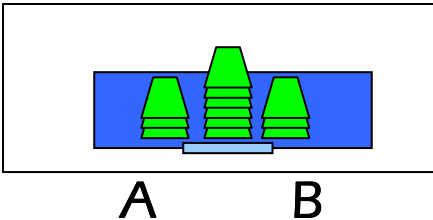
 <h1 style="margin: 0;">Bodenstafette</h1>	
<p>Material 1 Set Speed Stacks und 1 Wendemarke pro Anlage</p> <p>Organisation Zwei oder mehr Teams treten gleichzeitig gegeneinander an</p> <p>Teilnehmerzahl Beliebig viele Teilnehmer in gleich grossen Teams</p>	<p>Ablauf Am Boden sind 3 oder 4 Dreiertürme in etwa gleich grossen Abständen aufgestellt, am Ende der Bahn steht eine Wendemarke.</p> <p>Spieler 1 läuft auf die Startzeichen hin los, baut die Dreiertürme nacheinander zu Pyramiden auf, umläuft die Wendemarke und rennt zurück zur Gruppe. Bei der Startlinie erfolgt die Übergabe mittels Handschlag an den nachfolgenden Spieler, welcher nun alle Pyramiden wieder abbaut.</p> <p>Varianten Aufbau auf dem Hinweg / Abbau auf dem Rückweg durch den selben Spieler</p> <p>Die Wendemarke nur berühren statt umlaufen</p> <p>Zusatzhindernisse oder Zusatzaufgaben aus anderen Sport - bereichen einbauen</p>
	

© Zusammenstellung Speed Stacks Schweiz

 <h1 style="margin: 0;">Staple mit einem Doppelpartner</h1>	
<p>Material 1 Set Speed Stacks Fakultativ 1 StackMat mit Timer</p> <p>Organisation Zwei Spieler miteinander</p> <p>Teilnehmerzahl 2 Spieler</p>	<p>Ablauf 2 Spieler stapeln gemeinsam eine vorgegebene Abfolge. Dabei darf der auf der linken Seite stehende <u>Spieler A nur seine linke Hand</u>, der auf der rechten Seite stehende <u>Spieler B nur seine rechte Hand</u> benutzen. Sonst gelten die gleichen Regeln wie beim Einzelwettkampf.</p> <p>Welches Doppelteam schafft diese Aufgabe zügig und ohne Fehler?</p> <p>Varianten Welches Doppelteam kann bei 5 Versuchen seine Zeit 2x / 3x verbessern?</p> <p>Welches Doppelteam schafft den schnellsten korrekten Durchgang?</p> <p>Tipp An Turnieren wird das Doppel mit der Abfolge Cycle als eigenständige Wettkampfform gewertet.</p>
	

© Zusammenstellung Speed Stacks Schweiz