



# Reglement Einzelwettkampf Mädchen/Knaben Dreihupf

10.12.01

Version

02.23

Abteilung: Jugend

Ressort: Mädchen/Knaben

Seite 1

Anzahl	Material	Anzahl	Personen
1	Messband 10m	1	Schreiber
	Befestigungsmaterial für Messband	1	Sprungweite ablesen
1	Sonnen-/Regenschirm		
1	Stuhl		
1	Schreibunterlage mit Kugelschreiber/ Bleistift		

## Versuche

Jeder Wettkämpfer hat 2 Versuche. Es darf nur ein Versuch pro Durchgang durchgeführt werden.

## Probeversuche

Es gibt keine Probeversuche.

## Ausführung

- Der Dreihupf wird auf dem Rasen durchgeführt.
- Der Dreihupf besteht aus drei nacheinander ausgeführten Standweitsprüngen.
- Zu Beginn des ersten Sprunges müssen sich beide Füße hinter der Startlinie befinden. Die Startlinie darf nicht berührt werden.
- Zu Beginn des zweiten bzw. dritten Sprunges müssen sich die Fersen der beiden Füße auf der Höhe des hintersten Berührungspunktes (Ferse, Hand, Gesäss etc.) des vorangegangenen Sprunges befinden.
- Bei allen Sprüngen müssen die Füße vor dem Absprung parallel auf dem Boden aufgesetzt werden.
- Das Vorstellen eines Fusses um mehr als eine halbe Fusslänge ist nicht erlaubt.

## Messweise

Gemessen wird die Gesamtlänge der drei Sprünge von der Startlinie zum hintersten Berührungspunkt des dritten Sprunges auf 5cm genau.