













Merkblatt Dreisprung

Personal:

Obmann		
Schrittführer		
Schrittfolge		
Stecken		
Maßband draußen anhalten		
Maßband spannen		
Weite ablesen, gültig/ungültig anzeigen, Plast. ausbessern		
Uhr		
Anzeigetafel		
Rechen		
Windmesser		

-  *geprüfter Kampfrichter*
-  *ungeprüfter Kampfrichter in Ausbildung*
-  *ungeprüfter Kampfrichter*

vorher:

- Plastilin am Absprungbrett 45 Grad und 10 mm waagrecht
- Personaleinteilung
- Begrenzungsband bei breiter Grube
- Windrichtung = Sprungrichtung
- Sand eben rechnen
- Reserve-Absprungbalken und Plastilin bereithalten
- 35m von der Absprunglinie Windmessungsbeginn markieren
- 20m vor der Absprunglinie Windmesser in 1,22m Höhe
- Utensilien beschaffen (Fahnen weiß, rot, gelb / Maßband / Windanzeige / Rechen / Plastilin / Spachtel / Ersatzeinlegebretter / Nadel / Klebeband für Markierungen usw.)

während des Bewerbes:

- Verlassen des Wettkampfbereiches unterbinden
- Wettkampfbereich frei von Unbeteiligten halten
- Wind zum Positiven auf 1/10 aufrunden (Bsp. siehe Merkblatt Windmessung)
- Sand immer wieder eben rechnen
- Anzeige ungültig - sofort nach dem Feststellen der Ungültigkeit des Versuches
- Anzeige gültig - bis zum korrekten Verlassen der Sprunggrube warten
- 1 Minute Zeit für den Versuch ab Aufruf
- 15 Sek. vor Zeitablauf gelbe Fahne heben und gehoben lassen
- Windmessung 5 Sek. ab Anlauf bzw Passieren der 35m-Marke

Merkblatt Dreisprung

während des Bewerbes:

- Aufstieg in die letzten 3 Versuche ev. auch ohne gültigen Versuch möglich
- Hat der Wettkampf begonnen, ist es den Wettkämpfern nicht mehr erlaubt, für entsprechende Übungszwecke
 - die Anlaufbahn oder den Absprungbereich zu betreten.

Versuch ungültig:

- nicht links-links-rechts oder rechts-rechts-links (hop-step-jump)
- irgendein Teil des Körpers berührt den Boden hinter der Absprunglinie oder diese selbst
- neben dem Absprungbalken, (vor oder hinter) der verlängerten Absprunglinie abgesprungen (nur bei vollständigem Danebentreten!)
- bei der Landung den Boden außerhalb der Sprunggrube an einer Stelle berührt, die näher zur Absprunglinie liegt als der hinterste Eindruck in der Grube
- Zurückgehen in der Grube
- irgendeine Art Salto
- beim Verlassen der Grube erster Kontakt mit dem Boden außerhalb der Grube näher zur Absprunglinie als der Eindruck im Sand

kein Fehlversuch:

- Schwungbein berührt Boden
- Beim Hop und beim Step wird der Boden außerhalb der Anlaufbahn berührt