

Regeln für Stoßball-Wettbewerbe im Bereich des KLV Pinneberg

Die Stoßhaltung wird, wie im „Wettkampfsystem Kinderleichtathletik“ des DLV gezeigt, in den drei Altersklassen unterschiedlich ausgeführt.

Es wird hierbei die methodische Hinführung zum Kugelstoß aufgegriffen.

Abweichend von den DLV-Regeln messen wir nicht in Zonen sondern, wie später beim Kugelstoß, die tatsächlich gestoßene Weite.

U08:



- Von der Brust aus und beidhändig sollen die Kinder das Wurfgerät möglichst weit stoßen.
- Zum Stoßen wird ein 0,5- bis 1-kg-Ball (Basketball, Medizinball o. Ä.) verwendet.
- Jedes Kind stößt frontal mit Blickrichtung Zielfeld. Die Fußzehen zeigen stets nach vorne.
- Das Kind stößt das Wurfgerät von der Brust aus beidhändig und aus der parallelen Fußstellung (wahlweise auch Schrittstellung)

U10:



- Aus der seitlichen Stoßauslage sollen die Kinder das Wurfgerät möglichst weit stoßen.
- Zum Stoßen wird ein 1- bis 1,5-kg-Ball (Medizinball o. Ä.) verwendet.
- Jedes Kind stößt den mit beiden Händen gehaltenen Medizinball aus der seitlichen Stoßauslage

U12:



- Aus dem 3-Schritt-Rhythmus sollen die Kinder das Wurfgerät möglichst weit stoßen.
- Zum Stoßen wird ein 1,5- bis 2-kg-Gerät (Medizinball, Kugel o. Ä.) verwendet.
- Jedes Kind stößt den mit beiden Händen gehaltenen Medizinball (oder die mit einer Hand fixierten Kugel) aus einem auf 2m begrenzten Anlauf.