

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

Version: 2019

### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

## Nachwuchsfinal 10m

### 1. Grundlagen

In Ergänzung zum Reglement Nr. R – 02 des Schaffhauser Kantonschützenverbandes (SHKSV) werden die folgenden Ausführungsbestimmungen erlassen.

### 2. Wettkampfkategorien / -programm

Die Wettkampfkategorien und das Wettkampfprogramm entsprechen der Weisung für Nachwuchskurse des SSV.

Gewehr	Pistole	Stellung	Kat.	Anzahl Schüsse	Vorbereitungs- und Probezeit	Wettkampfzeit
G10Kids	P10Kids	sitzend auf fester Auflage	U9 - U10	20	15min	25min
G10A	P10A	sitzend auf fester Auflage	U9 - U13	20	15min	25min
G10B	P10B	stehend beweglicher Auflage	U9 - U15	20	15min	25min
G10C	P10C	stehend frei	U9 - U15	20	15min	25min
G10D	P10D	stehend frei	U17	40	15min	50min
G10E	P10E	stehend frei	U18 - U21	40	15min	50min

### 3. Qualifikation

Drei Testschiessen (gemäss Tabelle oben), die dezentral im Rahmen des Nachwuchskurses geschossen werden, gelten als Qualifikationswettkämpfe für den 10m - Nachwuchsfinal.

In jeder Kategorie qualifizieren sich die besten 8 Schützen für den Final.

Die Wettkampfscheiben oder Standblätter bleiben zwecks Nachkontrolle beim jeweiligen Nachwuchsleiter und müssen bis Ende April 2019 aufbewahrt werden.

#### 3.1 Polysportiver Wettkampf für den Nachwuchsfinal SHKSV

In den Kategorien U9/U10Kids, U9/U12A, U9/U12/U14B und U14C wird ein polysportiver Parcours durchgeführt.

Dazu zählt: Ballprellen, Zielwurf, Standhochsprung, Stufensteigen sowie eine Balance Übung auf den Mobilokissen.

#### Für die Schlussrangierung zählen Parcours und Schiessleistung wie folgt:

- Kategorie Gewehr: G U9 / U12 A + G U9 / U13 / U15 B 1/4 Parcours + 3/4 Schiessleistung
- Kategorie Pistole: P U9 / U12 A + P U9 / U13 / U15 B 1/4 Parcours + 3/4 Schiessleistung
- Kategorie Gewehr: G U15 C 1/4 Parcours + 3/4 Schiessleistung
- Kategorie Pistole: P U15 C 1/4 Parcours + 3/4 Schiessleistung

Bei Punktegleichheit selektioniert das bessere Schiessresultat.

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

Version: 2019

### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

---

#### 4. Resultatmeldung SSV

Die Resultate für den SSV (Regiofinal-Ost) sind mittels Excel - Datei bis **Sonntag, 03. Februar 2019** dem Nachwuchschef SHKSV (Céline Spichtig, Grafenbuckstr. 8, 8200 Schaffhausen, E-Mail: [celine.spichtig@bluewin.ch](mailto:celine.spichtig@bluewin.ch)) zu melden.

#### 5. Resultatmeldung SHKSV

Die Resultate für den Kant. Nachwuchsfinal (SHKSV) sind mittels Excel - Datei bis **Samstag, 16. März 2019** dem Nachwuchschef SHKSV (Céline Spichtig, Grafenbuckstr. 8, 8200 Schaffhausen, E-Mail: [celine.spichtig@bluewin.ch](mailto:celine.spichtig@bluewin.ch)) zu melden.

#### 6. Final

Der Final für LP und LG findet **Donnerstag 04. April 2019 (ab 18.00)** und am **Freitag 05. April 2019 (ab 18.00)** im Schiesszentrum Birch in Schaffhausen statt.

Der Final wird nur in den Kategorien durchgeführt, in denen **mindestens 5 Schützen** an der Qualifikation teilgenommen haben. Bei Bedarf können für den Final Kategorien zusammengelegt werden. Die Nachwuchsleiter erhalten die Einladung mit der Qualifikationsrangliste, sowie die definitiven Schiesszeiten bis am **Montag, 18. März 2019**.

#### 7. Schaffhauser Kantonalmeisterschaft 10m

Wird an einem separaten Datum ausgetragen (Siehe AFB A – 36 a)

#### 8. Rangierung

Es wird pro Disziplin und Kategorie rangiert, sofern je Kategorie mind. 5 Schützen teilnehmen. Das Total der Wettkampfschüsse bestimmt den Rang. Bei Punktgleichheit entscheidet der Reihe nach:

- a) Das höhere Ergebnis in der letzten, zweitletzten usw. Zehnerserie bis der Unterschied gegeben ist
- b) Die höhere Anzahl 10er, 9er, 8er usw.

Wenn trotzdem Punktgleichheit bestehen bleibt, wird den Schützen der gleiche Rang zugeteilt.

#### 9. Polysportive Wettkämpfe

Der polysportive Wettkampf findet im Anschluss des Schiesswettkampfes der jeweiligen Kategorie im Schiesszentrum Birch statt.

#### 10. Rangverkündigungen

Finden jeweils im Anschluss an den Wettkampf statt.

Die Rangliste wird unter [www.sh-schiessen.ch](http://www.sh-schiessen.ch) publiziert.

#### 11. Schlussbestimmungen

Diese Ausführungsbestimmungen wurden von unterzeichnenden Funktionären am 09. November 2018 genehmigt und treten sofort in Kraft. Sie ersetzt alle früheren Ausgaben.

### Schaffhauser Kantonschützenverband

sign. P. Herren  
Pascal Herren, Präsident

sign. C. Spichtig  
Céline Spichtig, Nachwuchschef

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

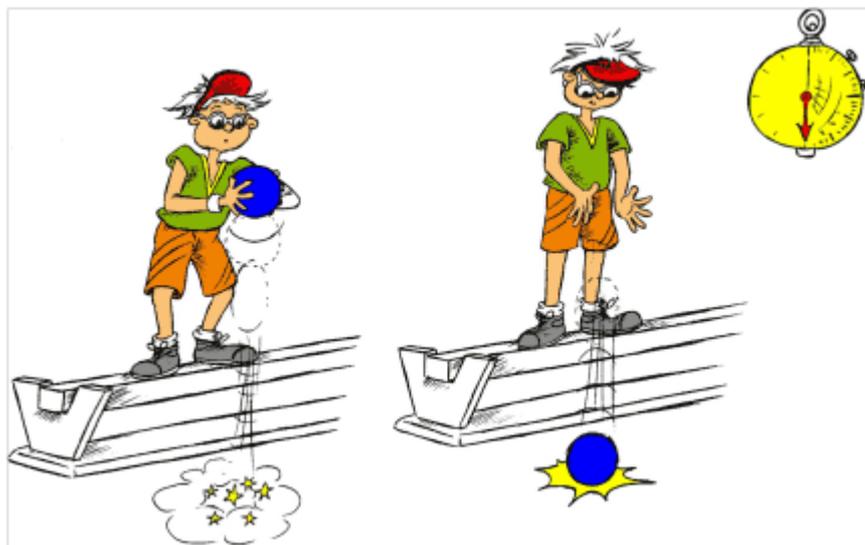
### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

Version: 2019

#### Anhang:

#### Polysportive Wettkämpfe

#### 1. Ballprellen



##### Testaufbau

Eine Turnbank wird umgedreht (Breite = 10cm, Masse entsprechen einer üblichen Turnbank nach DIN 7909) und drei Gymnastikbälle bereitgelegt.

##### Aufgabenstellung

Der Athlet soll auf der umgedrehten Bank stehend einen Gymnastikball innerhalb von 30 Sekunden möglichst oft auf den Boden prellen.

##### Durchführungshinweise

Die Versuchsperson steht in hüftbreiter Fussstellung mit durchgestreckten Knien und aufrechtem Oberkörper (max. 30° geneigt) auf der umgedrehten Langbank und prellt einen Gymnastikball mit beiden Händen auf den Boden. Verliert der Athlet den Ball, wird ihm sofort ein anderer gereicht.

##### Messwertaufnahme / Bewertung

Gezählt wird, wie oft der Athlet innerhalb von 30 Sekunden den Ball mit beiden Händen auf den Boden prellen kann. Der Bodenkontakt eines verlorengegangenen Balles wird nicht gezählt. Die erreichte Gesamtzahl wird als Testwert eingetragen.

##### Testmaterialien

Langbank, 3 Gymnastikbälle (ca. 19 cm Durchmesser), Stoppuhr

**02a - A Ausführungsbestimmungen**

Version: 2019

**Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m**

**Ballprellen**

Werte = Anzahl (Zeitdauer: 30 Sekunden)

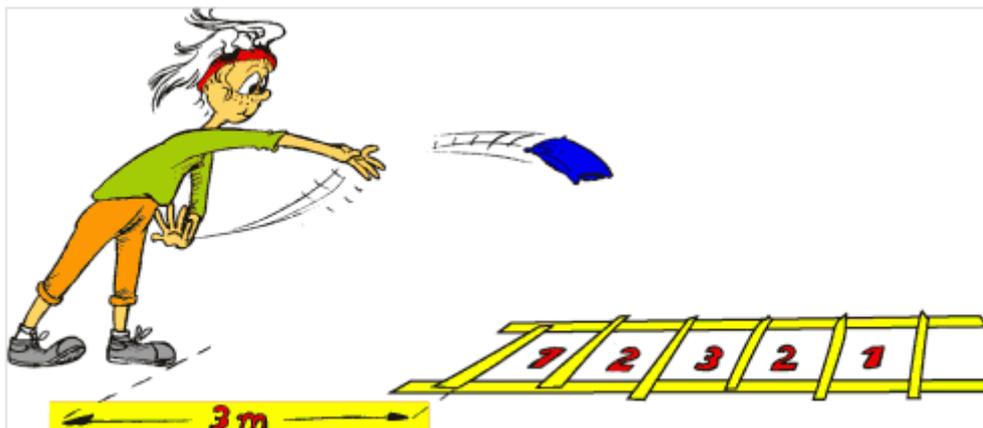
Punktzahl	Mädchen			Jungen			Punktzahl
	U10	U13	U15	U10	U13	U15	
1	-14	-22	-29	-19	-34	-39	1
2	15-16	23	30	20	35-36	40-41	2
3	17	24-25	31-32	21-22	37-38	42	3
4	18	26-27	33	23	39-40	43-44	4
5	19	28	34-35	24-25	41-42	45-46	5
6	20-21	29-30	36-37	26	43-44	47-48	6
7	22	31-32	38	27-28	45-46	49	7
8	23	33-34	39-40	29	47-48	50-51	8
9	24-25	35	41	30-31	49-50	52-53	9
10	26	36-37	42-43	32	51-52	54-55	10
11	27	38-39	44-45	33-34	53-54	56-57	11
12	28-29	40	46	35	55-56	58	12
13	30	41-42	47-48	36-37	57-58	59-60	13
14	31	43-44	49	38	59-60	61-62	14
15	32	45	50-51	39-40	61-62	63-64	15
16	33-34	46-47	52-53	41	63-64	65	16
17	35	48-49	54	42-43	65-66	66-67	17
18	36	50-51	55-56	44	67-68	68-69	18
19	37-38	52	57	45-46	69-70	70-71	19
20	39+	53+	58+	47+	71+	72+	20

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

Version: 2019

### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

## 2. Zielwerfen



### Testaufbau

Mit Klebeband (max. 20mm breit) werden am Boden Zielfelder markiert. Die Abwurflinie wird in 3 Meter Entfernung zum ersten Zielfeld markiert.

Masse: 2.60 m lange Seitenlinien im Abstand von 0.30 m (Innenmass der Seitenlinien)  
0.50 m lange Zwischenräume (Innenmass der Zwischenräume)  
Gewicht Sandsäcklein 500g

### Aufgabenstellung

Von der Abwurflinie aus versucht eine Versuchsperson ein Sandsäckchen in die durch die Klebestreifen vorgegebenen Zielfelder zu werfen.

### Durchführungshinweise

Der Athlet steht hinter der Abwurflinie und soll das Sandsäckchen möglichst in den mittleren Zwischenraum werfen. Es werden fünf Versuche durchgeführt. Die Abwurflinie darf nicht überschritten werden. **Der Athlet hat zwei Probeversuche.** Die Punktzahl wird dort abgelesen, wo das Sandsäckchen **auftrifft.**

### Messwertaufnahme / Bewertung

Eingetragen wird die bei den 5 Versuchen erreichte Gesamtpunktzahl. Das mittlere Zielfeld wird mit drei Punkten, die beiden anschließenden Zielfelder werden mit zwei Punkten und die äußersten Zielfelder mit je einem Punkt bewertet. Wird die Linie zwischen zwei Feldern getroffen, werden halbe Punkte verteilt.

### Testmaterialien

Sandsäckchen, Klebeband, Messband

**02a - A Ausführungsbestimmungen**  
**Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m**

Version: 2019

**Zielwurf**

Werte = 5 Würfe x Punktezone

Mädchen	Kids / U10	U13	U15
1	-2.5	-5	-5
2	3	5.5	5.5-6
3	3.5	6	6.5
4	4	6.5	7
5	4.5	7	7.5
6	5	7.5	8
7	5.5	8	8.5
8	6	8.5	9
9	6.5	9	9.5
10	7-7.5	9.5	10
11	8	10	10.5
12	8.5	10.5	11
13	9	11	11.5
14	9.5	11.5	12
15	10	12	12.5
16	10.5-11	12.5	13
17	11.5	13	13.5
18	12	13.5	14
19	12.5	14	14.5
20	13+	14.5+	15

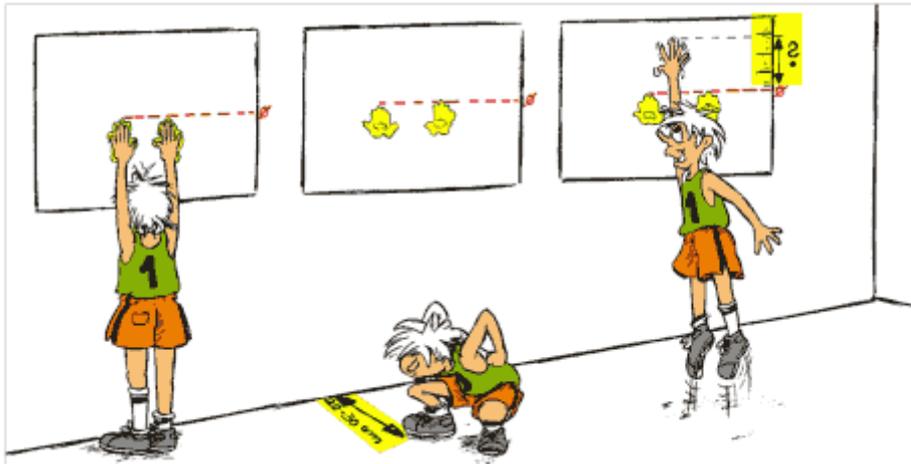
Jungen	Kids / U10	U13	U15
1	-3	-5.5	-5.5
2	3.5	6	6
3	4	6.5	6.5
4	4.5	7	7
5	5	7.5	7.5
6	5.5	8	8
7	6	8.5	8.5
8	6.5	9	9
9	7	9.5	9.5
10	7.5	10	10
11	8	10.5	10.5
12	8.5-9	11	11
13	9.5	11.5	11.5
14	10	12	12
15	10.5	12.5	12.5
16	11	13	13
17	11.5-12	13.5	13.5
18	12.5	14	14
19	13-13.5	14.5	14.5
20	14+	15	15

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

Version: 2019

### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

## 3. Standhochspringen



### Testaufbau

Eine schwarze Tafel (1,50 Meter lang, 50 Zentimeter breit) wird so an der Wand befestigt, dass sie alle Schüler im Stand im unteren Drittel erreichen können. Es kann aber auch eine an der Wand fixierte Weichbodenmatte verwendet werden.

### Aufgabenstellung

Die Versuchsperson soll aus dem Stand möglichst hoch springen und dabei mit einer Hand den höchsten Punkt markieren.

### Durchführungshinweise

Der Athlet stellt sich mit dem Gesicht zur Wand/Matte und markiert mit den weißen Fingerkuppen beider Hände (Kreide / Magnesia) die maximale Reichhöhe (Spitze der Mittelfinger!) an der Wand/Matte. Die Fersen dürfen dabei nicht vom Boden abgehoben werden. Arme und Schultern müssen **maximal** gestreckt sein und die Fußspitzen sollen die Wand berühren. Die Versuchsperson stellt sich danach seitlings (Rechtshänder mit der rechten Seite) in 20-30 Zentimeter Entfernung zur Wand/Matte auf, springt beidbeinig nach oben ab und markiert an der Wand/Matte mit den Fingern die maximal erreichte Sprunghöhe. Die Auftaktbewegung der Arme ist freigestellt. Nicht gestattet sind Anlaufschritte bzw. Ansprünge. **Jeder Athlet hat zwei Versuche, wobei der bessere zählt.**

### Messwertaufnahme / Bewertung

Als Testwert eingetragen wird der vertikale Abstand (cm) zwischen Reich- und Sprunghöhe, der mit einem Meterstab gemessen wird. Zur Messung steigt der Versuchsleiter auf einen Kasten / Stuhl.

### Testmaterialien

Meterstab, Staubtuch, Kasten / Stuhl, farbige Kreide oder Kleber

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

Version: 2019

### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

#### Standhochsprung

Werte = Höhe in cm

Mädchen	Kids / U10	U13	U15
1	-13	-20	-21
2	14-15	21	22
3	16	22	23
4	17	23	24
5	18	24	25
6	19	25	26-27
7	20	26	28
8	21	27	29
9	22	28	30
10	23	29	31
11	24	30	32
12	25	31	33
13	26	32	34
14	27	33	35-36
15	28	34	37
16	29	35	38
17	30	36-37	39-40
18	31	38-39	41
19	32-33	40-41	42
20	34+	42+	43+

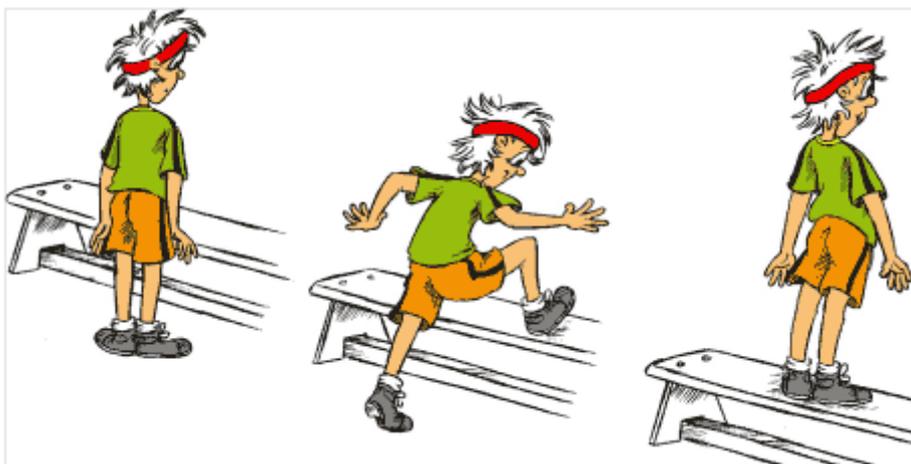
Jungen	Kids / U10	U13	U15
1	-15	-20	-21
2	16	21	22
3	17	22-23	23-24
4	18	24	25-26
5	19	25	27
6	20	26	28-30
7	21	27-28	31-34
8	22	29	35
9	23	30	36-37
10	24	31	38-39
11	25	32-33	40
12	26	34	41
13	27	35	42-43
14	28	36	44-45
15	29	37	46-47
16	30	38	48
17	31-32	39-40	49-51
18	33-34	41	52-55
19	35	42	56-58
20	36+	43+	59+

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

Version: 2019

#### 4. Stufensteigen



##### Testaufbau

Für den Test wird eine Langbank benötigt.

##### Aufgabenstellung

Der Athlet soll in einer Minute so oft als möglich die Langbank besteigen. **Mit einer flachen Hand wird die Wand oberhalb der Markierung berührt**, bis das Heruntersteigen, (ein Fuss nach dem andern), beginnen darf.

##### Durchführungshinweise

Die Aufstiege auf die Bank sind so durchzuführen, dass für einen kurzen Moment der Athlet je-weils mit beiden Beinen mit durchgedrückten Knien und mit beiden Füßen ganz auf der Bank steht. Um das sicherzustellen wird auf Handgelenkhöhe bei gestreckten Armen eine Klebe-band-Markierung angebracht.

##### Messwertaufnahme / Bewertung

Gezählt wird, wie oft der Athlet innerhalb von 60 Sekunden die Bank besteigen **und die Wand oberhalb der Markierung mit einer flachen Hand berühren** kann. Die erreichte Gesamtzahl wird als Testwert eingetragen.

##### Testmaterialien

Langbank, Stoppuhr, Klebeband

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

Version: 2019

### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

#### Stufensteigen

Werte = Anzahl (Zeitdauer: 60 Sekunden)

Mädchen	Kids / U10	U13	U15
1			
2			
3			
4			
5	-28	-30	-32
6	29	31	33-34
7	30	32-33	35
8	31	34	36
9	32	35	37-38
10	33	36	39
11	34	37	40
12	35-36	38-39	41-42
13	37	40	43
14	38	41	44
15	39	42	45-46
16	40	43	47
17	41	44-45	48
18	42	46	49-50
19	43	47	51
20	44+	48+	52+

Jungen	Kids / U10	U13	U15
1			
2			
3			
4			
5	-28	-31	33-34
6	29	32-33	35-36
7	30	34	37
8	31	35	38-39
9	32	36	40-41
10	33	37-38	42-43
11	34	39	44-45
12	35-36	40	46
13	37	41	47-48
14	38	42-43	49-50
15	39	44	51-52
16	40	45	53-54
17	41	46	55
18	42	47-48	56-57
19	43	49	58-59
20	44+	50+	60+

## 02a - A Ausführungsbestimmungen

Version: 2019

### Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m

## 5. Balance auf Mobilbrücke



### Testaufbau

Drei Mobilo Kissen liegen hinter einer Startlinie bereit.

### Aufgabenstellung

Der Athlet soll sich mittels drei Mobilo-Kissen so vorwärts bewegen, dass kein Körperteil den Boden berührt und das Körpergewicht nur mit den Füßen abgestützt wird. Die Abbildung er-setzt die Durchführungshinweise nicht.

### Durchführungshinweise

Der Athlet steht mit je einem Fuss auf einem Mobilo-Kissen hinter der Startlinie. Er hält in der Hand das 3. Kissen, welches er **nach dem Kommando Start** vor sich auf den Boden legt. Der Athlet macht nun einen Schritt auf das vorderste Kissen, und hebt das hinterste Kissen wieder auf und legt es in einem frei gewählten Abstand vor sich hin. Der Athlet darf dabei mit keinem Körperteil den Boden berühren. Das Körpergewicht darf nicht zusätzlich auf Teile der Arme und Hände abgestützt werden. Zudem ist die Körperhaltung frei wählbar sofern keine andere Regel tangiert wird.

### Messwertaufnahme / Bewertung

Der Athlet hat zwei Versuche à 60 Sekunden sich auf den Mobilo-Kissen fortzubewegen. Jeder Versuch wird abgebrochen, sobald:

- die Testperson den Boden berührt;
- die 60 Sekunden vorbei sind; oder
- nach einmaliger Verwarnung das Körpergewicht wiederholt mit Händen oder Teilen der Arme auf einem Kissen abgestützt wird.

**Gemessen wird die Distanz von Startlinie bis zum Kissen, welches der Startlinie am nächsten ist. Bei diesem wird die der Startlinie entfernte Kante gemessen.**

### Testmaterialien

Drei Mobilo Kissen (je ca. 12-13cm hoch), Stoppuhr, Messband

**02a - A Ausführungsbestimmungen**

Version: 2019

**Nachwuchsfinal U10 – U21 LG / LP 10m**

**Mobilo Brücke**

Werte = Länge in cm

	Kids / U10	U13	U15
1			
2			
3			
4	-59	-69	-79
5	60-91	70-123	80-134
6	92-123	124-177	135-188
7	124-155	178-232	189-243
8	156-187	233-286	244-298
9	188-119	287-340	299-352
10	220-251	341-394	353-407
11	252-283	395-448	408-462
12	284-315	449-503	463-516
13	316-347	504-557	517-571
14	348-379	558-611	572-626
15	380-411	612-665	627-680
16	412-443	666-719	681-735
17	444-475	720-774	736-790
18	476-507	775-828	791-844
19	508-539	829-882	845-899
20	540+	883+	900+

Jungen	Kids / U10	U13	U15
1			
2			
3			
4	-59	-74	-84
5	60-91	75-132	85-146
6	92-123	133-190	147-209
7	124-155	191-248	210-271
8	156-187	249-307	272-333
9	188-119	308-365	334-396
10	220-251	366-423	397-458
11	252-283	424-481	459-520
12	284-315	482-539	521-583
13	316-347	540-597	584-645
14	348-379	598-655	646-707
15	380-411	656-713	708-770
16	412-443	714-772	771-832
17	444-475	773-830	833-894
18	476-507	831-888	895-957
19	508-539	889-946	958-1019
20	540+	947+	1020+