

# Schulwettbewerb Einrad

Einsendeschuß 08.05.2009 für Wertung 2009



**Der Start:** Gestartet wird immer aus dem Stillstand. Die Fahrer halten sich dabei an Hand, Haltestangen, Hochsprungständer, Kästen o.ä. fest.

**Joker:** Bei jeder Übung haben die Fahrer einen zweiten Versuch, wenn der erste fehlschlägt.

**Zeitmessung:** Mit Stoppuhr handgestoppt.

## 1.) 50 m Rennen

Als gerade Strecke, Rundkurs oder Schleife.  
Aus Sicherheitsgründen keine scharfen Kurven.

- a) Durchkommen = 200 Punkte  
oder
- b)  $3000 - \text{Zeit in Sekunden} * 100$  Punkte  
(wenn schneller als 28 Sekunden)

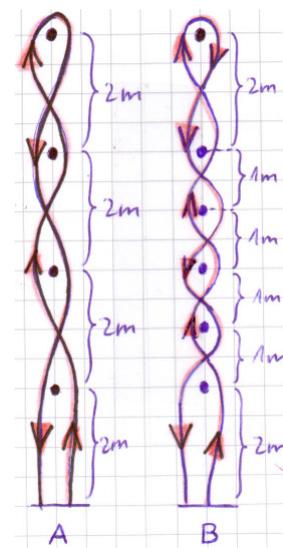
**Beispiel:** Eine gefahrene Zeit (handgestoppt)  
von 19,20 s ergibt  $3000 - 19,20 * 100 = 1080$  Punkte.



## 2.) Slalomfahren

Rechts von Hütchenreihe starten!  
Slalom vorwärts, beim letzten Hütchen wenden und  
als Slalom zurückfahren. Startlinie = Ziellinie.

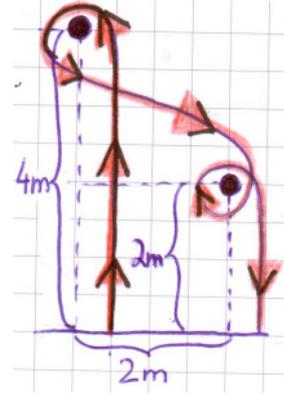
- a) Durchkommen durch A = 200 Punkte  
oder
- b) bei A (4 Hütchen im Abstand von 2 m):  
 $3000 - \text{Zeit in Sekunden} * 100$  Punkte  
oder
- c) bei B (2 zusätzliche Hütchen dazwischen):  
 $3500 - \text{Zeit in Sekunden} * 100$  Punkte



### 3.) Kreiselrennen

Erst das linke Hütchen gegen Uhrzeigersinn umrunden, dann das rechte Hütchen im Uhrzeigersinn ganz umrunden. Startlinie = Ziellinie; sie darf zwischendurch nicht überfahren werden.

- a) Durchkommen = 200 Punkte  
oder
- b)  $3000 - \text{Zeit in Sekunden} * 100$  Punkte



### 4.) 10 m Langsamfahren

zwischen zwei Linien im Abstand von 30 cm.

Dabei muss jeder Teilnehmer:

- Zwischen den Linien und auf dem Einrad bleiben
- Immer vorwärts fahren (also nicht stehen bleiben, hüpfen, rückwärts fahren oder pendeln und nicht mehr als 45° von der Fahrtrichtung wegdrehen)

- a) Durchkommen = 200 Punkte  
oder
- b) Zeit in Sekunden x 100 Punkte

**Beispiel:** Zeit von 19,20 s ergibt 1920 Punkte



### 5.) Springen auf dem Einrad

Achtung: Das ist in der Tat **leichter als Fahren!**

Kann deswegen auch schon vor dem Fahren trainiert werden.

Wichtig: Beide **Pedale müssen dabei auf gleicher Höhe** sein!

Punkte gibt es nur, wenn man nach dem Hüpfen auf dem Einrad bleibt, also nicht sofort absteigt.

- a) je 10 Punkte für max. 20 Hüpfen in Folge **mit** Festhalten an Hand oder Sprossenwand ( max. 200 Punkte)  
oder
- b) je 20 Punkte für max. 20 Hüpfen in Folge **ohne** Festhalten (max. 400 Punkte)  
oder
- c) Weitsprung ab Absprunglinie, ab 20 cm Weite, seitlich oder vorwärts, vorher und nachher 3 m frei fahren:  
Sprungweite in cm\* 20 Punkte

**Beispiel:** 30 cm Weite ergeben 600 Punkte

