Eine Wasser-Olympiade

Autor(en): **Etter, Max**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport**

Band (Jahr): **41 (1984)**

Heft 7

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-993647

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Abb. 1: Schlauch-Slalom.

Eine Wasser-Olympiade

Offenes Wasser ist an sich ein ideales Tummelfeld für Spiele. Mit ein paar Ideen, einigen Einrichtungen und etwas Material lässt sich sogar ein Grossanlass, eine Wasser-Olympiade durchführen.

Max Etter, Fachleiter Fitness, ETS

Hinweise zur Organisation

Für wen?

Das Konzept ist für etwa 50 Personen ausgearbeitet.

Teilnehmer können sein:

- ein ganzer Verein
- eine Fitnessgruppe und die Angehörigen
- eine Schule oder Schulklassen
- Jugendgruppe mit Freunden oder Kollegen/innen

Von den 50 Teilnehmern müssten 10 als Helfer eingesetzt werden.

Ziel des Anlass:

- Die Kondition in und am Wasser in spielerischer Form fördern
- Durch die Verbindung mit einem gesellschaftlichen Anlass sollen Kontakte untereinander gefördert werden

Ort:

Eine flache, übersichtliche Seebucht

Form:

- Das Ganze soll ein Plauschwettkampf sein mit Einzel- und Gruppenwertung, sowie Zufalls-, Pechvogel- und Fairnesspreisen
- An einer Station kann ein «Joker» gesetzt werden. Die hier erreichte Punktzahl wird verdoppelt
- Der ganze Rahmen ist wichtig. Beispiele: zentrale Resultat-Tafel, Getränkeausschank (gegen Gutschein), angeschriebene und auffällig markierte Stationen, Zeitangabe mit einem Gong... Pflege die Details!

Wichtige Hinweise:

- Die nötigen Sicherheitsmassnahmen treffen
- Alle sollen eine Chance haben: die Anforderungen sind auf die Teilnehmer abzustimmen
- Das Bewertungssystem muss für alle Stationen gelten (zum Beispiel überall maximal 10 Punkte) und eine sofortige Wertung erlauben; eine Berechnung nachher oder Rangpunkte sind ungünstig.
  Ein Probedurchgang (= Training) ermöglicht eine ausgeglichene Bewertungsskala.
- Echte sportliche und eher plauschige Disziplinen sollten einander abwechseln
- Pro Station immer gleichviel Zeit zur Verfügung stellen.

Aufbau und Vorbereitung:

- Es kann ein Organisationskomitee eingesetzt werden oder
- die «Aktiven» organisieren für die «Zugewandten» oder
- jede Gruppe übernimmt eine bis zwei Stationen.

Ablauf:

- Die Vorbereitung richtet sich nach dem Konzept und geschieht allenfalls gemeinsam
- Vielleicht ist ein Probelauf nötig, um Anlagen und Punktesystem zu testen
- Für den Wettkampf selber gibt es verschiedene Möglichkeiten:
  - beliebige oder festgelegte Anlauffolge
  - nur eine gewisse Anzahl Posten zählt (zum Beispiel 8)
  - nach jeder Station wird das Resultat auf eine Gruppen-Laufkarte eingetragen und der «Zentrale» gemeldet
  - Anfangs- und Schlusszeiten bekanntgeben
  - Postenwechsel eventuell mit Gongschlag oder Glocke angeben
  - nach dem Wettkampf: freies Baden, aber Aufsicht organisieren
  - in dieser Zeit auswerten; anschliessend Rangverkündigung im Rahmen eines gemeinsamen Abends (Picknick am See).

Stationen/Posten

Hier einige Ideen:

- *Slalom* in einem Lastwagenschlauch auf Zeit (Abb. 1).
- *«Schiefern»* auf Distanz: Flache Steine auf der Wasseroberfläche hüpfen lassen. Dazu müssen Distanzen mit improvisierten Bojen markiert werden. Anzahl Würfe festlegen.

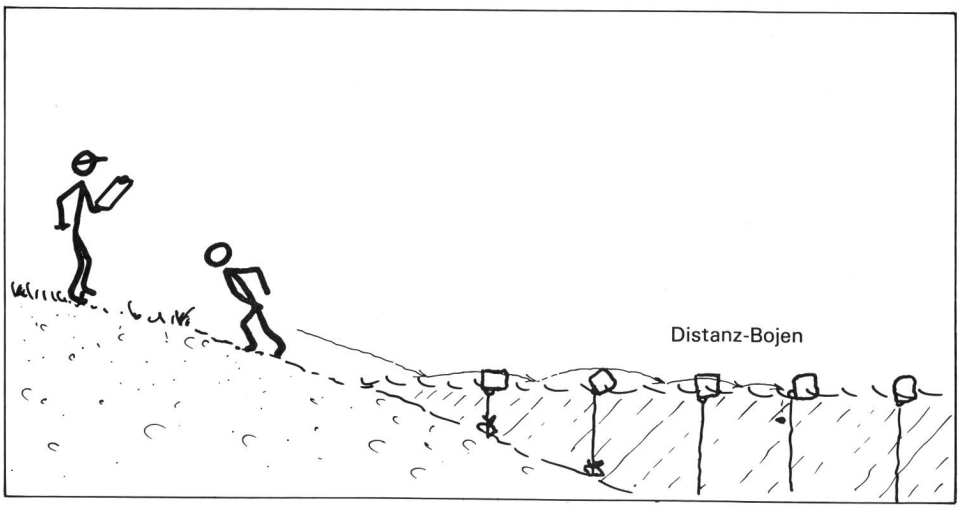

Abb. 2: «Schiefern.»

- *Kerzenschwimmen:* Eine brennende Kerze muss in einem Joghurtbecher transportiert werden. Auf Zeit; wenn die Kerze auslöscht, muss neu begonnen werden.
- *Luftmatratzen-Parcours* auf Zeit (Abb. 3).
- *Zielwurf:* Von einer markierten Stelle aus Bälle in ein Boot werfen, zum Beispiel fünf Würfe; jeder Treffer zählt zwei Punkte (Abb. 4).
- *Badeball-Schieben:* Schwimmend oder im Wasser gehend einen grossen Badeball über einen Parcours schieben. Auf Zeit; Ballberührungen geben Abzug respektiv Zeitzuschlag.
- *Geh-Parcours* im seichten Wasser: Ein Karton muss auf Zeit trocken über die Runde gebracht werden; je nach Anzahl/Flächenanteil von Wasserspritzern auf dem Karton gibt es Zeitzuschlag.
- *Gutschein-Tauchen:* In einer festgelegten Zeit müssen möglichst viele vorher angemalte und verteile Steine aus dem stehtiefen Wasser geholt werden. Punkte und damit verbunden Getränke-Gutscheine werden je nach Anzahl Steinen verteilt.
- *Distanzschwimmen:* Es wird auf einem markierten Dreieckparcours geschwommen (Abb. 5). Markierungen: Eingerammte Stecken, Boje, Landungssteg. Hier ist eine Glocke aufgehängt. Jeder, der vorbeischwimmt, läutet. Pro festgelegte Zeit wird die Anzahl Glockentöne gezählt.
- *Wassertransport-Parcours:* In einer gewissen Distanz vom Wasser ist ein leerer Kübel postiert. Die Gruppe füllt in festgelegter Zeit mit Joghurtbechern möglichst rasch den Kübel. Gemessen wird die Menge Wasser im Kübel.
- *Fähre:* Zwischen Ufer und Steg wird ein Floss hin und her gezogen und jedesmal ein Mitglied der Gruppe transportiert. Gemessen wird die Zeit für den gesamten Gruppentransport (Abb. 6).
- *Stelzenparcours* in Ufernähe. Auf Zeit; «Absteiger» geben Abzug respektiv Zeitzuschlag. ■

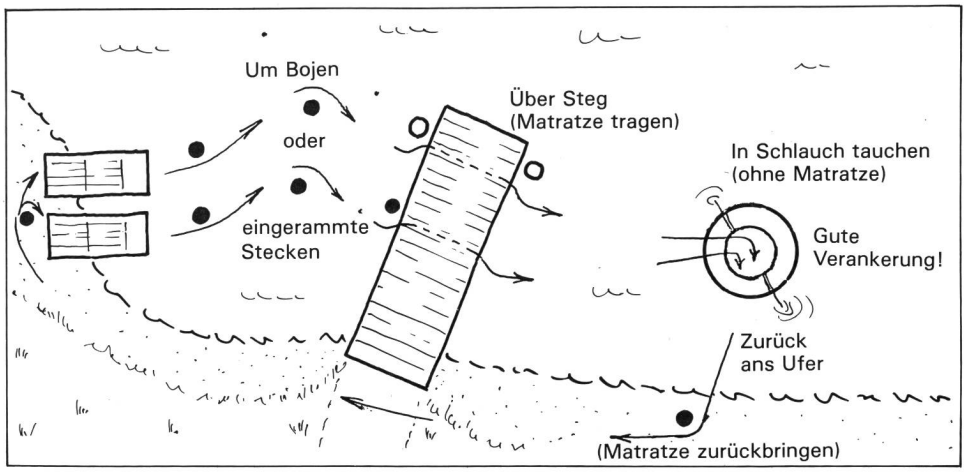

Abb. 3: Luftmatratzen-Parcours.

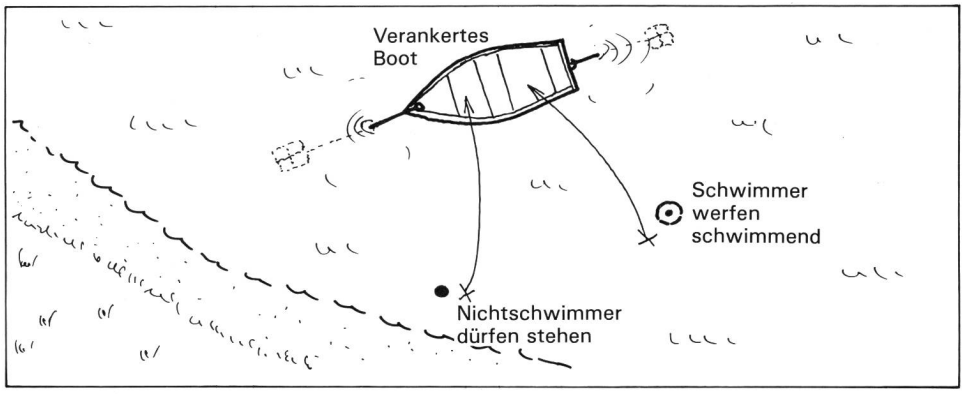

Abb. 4: Zielwurf.

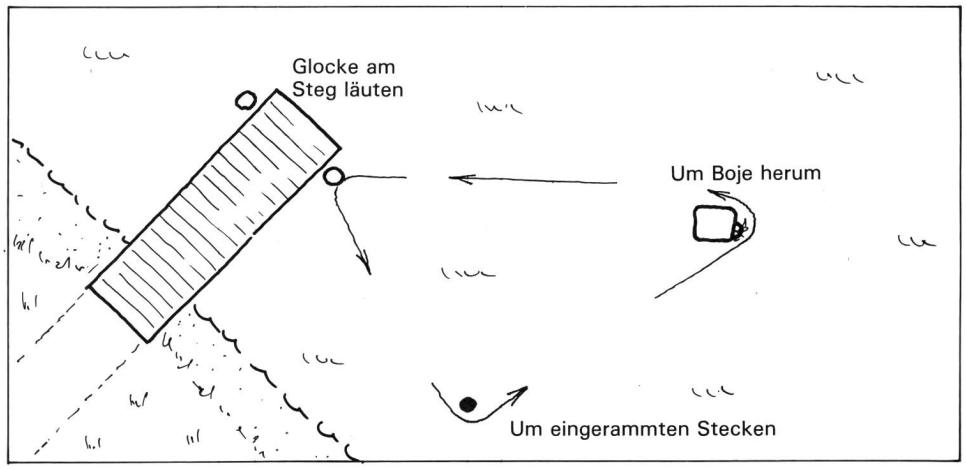

Abb. 5: Distanzschwimmen.

Abb. 7: Stelzenlauf.

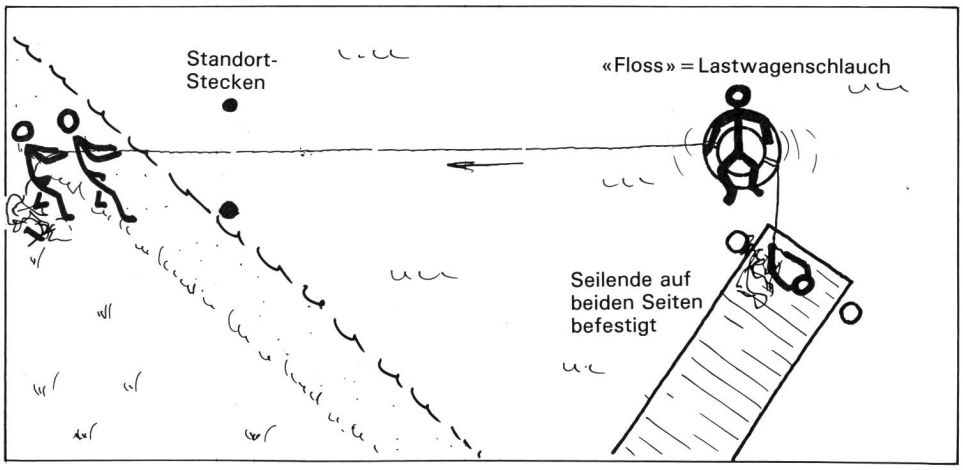

Abb. 6: «Fähre.»