

2.1.13 Skisport

2.1.13.1 Skilanglauf



* Eine Teilnahme am Bundesfinale setzt die Ausrichtung einer Landesmeisterschaft voraus.

** Der endgültige Termin wird kurzfristig in Absprache mit dem Ausrichter bei entsprechender Schneelage festgelegt. Die Landesmeisterschaft kann nur bei entsprechenden Witterungsbedingungen (Schneelage o.ä) ausgerichtet werden.

*** Wettkampfklasse IV: Jahrgänge 2006-2009 nur für Schülerinnen/Schüler ab der Jahrgangsstufe 5

In den Wettkampfklassen II, III und IV werden Wettbewerbe für **Mädchen- und Jungenmannschaften** angeboten. Die Jahrgänge der Wettkampfklassen sind der Ziffer 1.6 zu entnehmen.

Die Wettkämpfe im Skilanglauf des Landessportfestes der Schulen werden als Mannschaftswettkampf ausgeschrieben. Die Skiwettkämpfe werden in Form von Einzelläufen durchgeführt. Die Landesmeisterschaft wird an einem Tag ausgetragen.

Die Anmeldungen zur Landesmeisterschaft sind bis zum **20. Dezember 2018** über die zuständigen Ausschüsse für den Schulsport bei der Landesstelle für den Schulsport einzureichen.

Die Landessieger der Wettkampfklasse III werden **ausschließlich** durch die Teilnahme an der Landesmeisterschaft ermittelt und qualifizieren sich dann grundsätzlich für die Finalwettkämpfe des Bundeswettbewerbes der Schulen JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA (vgl. Ziffer 2.2). Für die Akkreditierung beim Bundesfinale ist die Vorlage eines amtlichen Ausweises erforderlich: Schülerausweise und Ausweise der Sportfachverbände werden nicht anerkannt. Die Wettkämpfe in der Wettkampfklasse II enden auf Landesebene. Sofern beim Bundesfinale Skilanglauf-Wettkämpfe der Wettkampfklasse IV stattfinden, qualifiziert sich der Landessieger (Voraussetzung: Teilnahme an der Landesmeisterschaft) grundsätzlich für das Bundesfinale.

Die Regelungen zur Fahrtkostenerstattung für alle Wettkampfklassen sind der Ziffer 1.10 zu entnehmen.

Betreuung der Mannschaften, Startberechtigung

Die Betreuung einer Mannschaft sollte unter pädagogischen Gesichtspunkten - auf allen Wettkampfebenen - grundsätzlich von einer Lehrkraft der jeweiligen Schule erfolgen (siehe Ziffer 1.4).

Die verantwortlichen Begleiterinnen/Begleiter der Schulmannschaften haben bei allen Veranstaltungen des Landessportfestes den Nachweis über die Identität der Teilnehmerinnen/Teilnehmer und ihre Zugehörigkeit zu der Schule, für die der Start erfolgt, zu erbringen. Teilnehmerinnen/Teilnehmer, für die zum Zeitpunkt der Veranstaltung kein Nachweis erbracht werden kann, sind nicht startberechtigt (vgl. Ziffer 1.4).

Zum Finale des Bundeswettbewerbes der Schulen JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA können bei **Mädchen** und **Jungen je eine Mannschaft der Wettkampfklasse III** und der **Wettkampfklasse IV (gemischt)** entsandt werden. Für jede Mannschaft ist eine Betreuerin/ein Betreuer zugelassen.

Wettkampfklassen II und III

Der Wettkampf II und III Skilanglauf ist ein Wettkampf für **Mädchen und Jungenmannschaften**. Er wird – soweit in dieser Ausschreibung nicht anderes festgelegt ist – nach der [Deutschen Wettkampfordnung für Skilanglauf](#) (DWO, neueste Ausgabe) ausgetragen.

Eine Mannschaft besteht maximal aus 7 Schülerinnen bzw. Schülern, die einer Schule angehören müssen.

Bei der Landesmeisterschaft in Nordrhein-Westfalen müssen die Schülerinnen und Schüler in beiden Wettkampfklassen zunächst den nachfolgend beschriebenen **Vielseitigkeitsparcours** durchlaufen und anschließend einen **ca. 1,5 km langen Langlauf** bewältigen. Dabei müssen in einem Geländeparcours neun verschiedene Stationen angefahren werden (Vielseitigkeitswettkampf). Die Module des Vielseitigkeitsparcours können je nach Schnee- und Geländeformation vor Ort in der Reihenfolge verändert werden.

Wertung

Mindestens 2 Schülerinnen/Schüler jeder Mannschaft müssen in der klassischen Technik antreten.

Für die Gesamtmannschaftswertung beim Landesfinale zählt die Summe der Zeiten der fünf besten Einzelläuferinnen/Einzelläufer, von denen maximal 4 Zeiten aus der Freien Technik einbezogen werden.

Bei der **Landesmeisterschaft Nordrhein-Westfalen** werden in den Wettkampfklassen II und III nur Einzelläufe und keine Staffeln durchgeführt. Beim Bundesfinale starten zusätzlich noch Staffeln mit 3 Läuferinnen/Läufern. An Stelle der Staffel wird die Summe der Zeiten der drei besten Einzelläuferin-

nen/Einzelläufer hinzu addiert, von denen maximal 2 Zeiten aus der Freien Technik einbezogen werden!

Sieger ist die Mannschaft mit der geringsten Gesamtzeit.

Beim **Bundesfinale JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA** besteht der Wettkampf in der Wettkampfklasse III aus einem Techniksprint über 2 km in der freien Technik und einem Staffelwettbewerb über 3 x 2,5 km. Eine Staffel besteht aus 3 Schülerinnen/Schülern und kann nur aus jenen Läuferinnen und Läufern gebildet werden, die auch in den Einzelläufen für die gemeldete Mannschaft gestartet sind. Im Staffelwettbewerb können in einer Staffel höchstens 2 Schülerinnen bzw. Schüler in der Freien Technik starten. Die Startläuferin bzw. der Startläufer startet in der Klassischen Technik. Jede Mannschaft kann zwei Staffeln stellen. Für die Gesamtmannschaftsleistung zählt die Summe der Zeiten der 5 besten Einzelläuferinnen und- läufer addiert zu der Zeit der besten Staffel einer Mannschaft.

Wettkampfklasse IV Mix (3 Jungen und 3 Mädchen)

Der Wettkampf IV Skilanglauf ist ein Wettkampf für **gemischte** Mannschaften ab der Jahrgangsstufe 5 und wird - soweit in dieser Ausschreibung nicht anderes festgelegt ist - nach der [Deutschen Wettkampfordnung für Skilanglauf](#) (DWO, neueste Ausgabe) ausgetragen.

Eine Mannschaft besteht aus 3 Schülerinnen und 3 Schülern, die einer Schule angehören müssen.

Bei der **Landesmeisterschaft in Nordrhein-Westfalen** wird der Wettkampf als Vielseitigkeitswettkampf durchgeführt. Dabei müssen in einem Geländeparcours neun (beim Bundesfinale 12) verschiedene Stationen angefahren werden. Er wird generell in der freien Technik ausgetragen, wobei der **Vielseitigkeitsparcours** in den einzelnen Hindernissen die jeweilige Aufgabe bzw Laufart in der Aufgabe vorgibt.

Wertung

Von maximal 6 gemeldeten Läuferinnen / Läufern kommen 4 in die Wertung, d.h. es werden die Laufzeiten der beiden besten Mädchen und der beiden besten Jungen einer jeden Mannschaft addiert. Sieger ist die Mannschaft mit der geringsten Gesamtzeit.

Beim **Bundesfinale JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA** können die Schülerinnen und Schüler in der Wettkampfklasse IV sowohl in den Einzelläufen als auch in einem Staffelwettbewerb an den Start gehen. Eine Staffel besteht aus 2 Schülerinnen und 2 Schülern und kann nur aus jenen Läuferinnen/Läufern gebildet werden, die auch in den Einzelläufen für die gemeldete Mannschaft gestartet sind. Jede Mannschaft stellt eine Staffel.

Der Einzelwettkampf wird als Techniksprint über 1 km in der Freien Technik durchgeführt. Im Staffelwettbewerb (4 x 2 km) starten in einer Staffel 2 Mädchen und 2 Jungen, wovon jeweils ein Mädchen und ein Junge in der Klassischen Technik laufen müssen.

Streckenarten

1. Vielseitigkeitsparcours (WK II, WK III, WK IV und WK V)

Es wird ein Vielseitigkeitsparcours mit 9 verschiedenen gestalteten Hindernissen über insgesamt 1 km Länge in der **freien Technik** durchlaufen (die Module können je nach Schneelage und Geländeformation vor Ort in der Reihenfolge verändert werden). Wie das jeweilige Hindernis zu passieren ist, wird auf einer Tafel am Anfang des Hindernisses dargestellt und wird durch ein zweites Schild beendet. Das einwandfreie Bewältigen eines Hindernisses wird kontrolliert und kann bei falscher Ausführung (wird durch Vielseitigkeitskontrolleur festgestellt) mit den nachstehend unter Wertung beschriebenen Maßnahmen geahndet. Überholen im Parcours ist selbstverständlich erlaubt. Hindernisse sind:

Kreisverkehr

Umlaufen von zwei Hindernissen (Durchmesser ca. 3 – 5 m) mit maximaler Geschwindigkeit: 1. Hindernis im Uhrzeigersinn (rechts herum) und 2. Hindernis

entgegen dem Uhrzeigersinn (links herum). Bei einem Hindernisabstand von ca. 5 m kann der Übergang vom 1. zum 2. Hindernis flüssig erfolgen.

Wertung: bei falscher Ausführung (Laufrichtung, Auslassen eines Hindernisses u. a.) muss die Aufgabe vom Ausgangspunkt neu begonnen werden.

Slalomparcours

An einem flachen Hang ist ein Slalomparcours mit etwa 10 Slalomstangen gesetzt. Der Abstand der Slalomstangen ist vertikal und horizontal dem Gelände angepasst.

Wertung: Bei Auslassen einer oder mehrerer Slalomstangen muss die Schülerin/der Schüler bis über die letzte ausgelassene Slalomstange zurückgehen und den Parcours von hier an fortsetzen.

Durchfahren eines Schlauches

Nach einer Abfahrt aus höherer Geschwindigkeit muss ein „Schlauch“ durchfahren werden. Dieser geländeangepasste Engpass sollte eine maximale Breite von ca. 70 cm und eine Länge von ca. 15 m haben.

Wertung: Erwartet wird ein flüssiges Fahren innerhalb der Begrenzungen. Sollten die Begrenzungen überschritten werden, so ist ein erneuter Versuch von Anfang des Schlauches zu starten.

Doppelstockschub

Auf leicht fallendem Gelände ist eine Strecke im Doppelstockschub mit oder ohne Zwischenschritt zu durchlaufen.

Hinweis: Um einen reibungslosen Gesamtablauf zu gewährleisten, sollten zwei Parallelschritte zur Verfügung stehen.

Wertung: Technikfehler werden **nicht** geahndet, da die vorgegebene Technik in diesem Streckenabschnitt die schnellste Technik ist.

Umtreten

Auf ebenem Gelände muss ein Slalomparcours mit ca. 8 Torstangen in der Technik des „Umtretens“ durchlaufen werden.

Wertung: Bei Auslassen von Torstangen muss die Schülerin/der Schüler bis vor die letzte ausgelassene Torstange zurückgehen und den Parcours von hier an fortsetzen.

Grätenschritt am Anstieg

Ein steiler Anstieg soll im Grätenschritt mit Stockeinsatz bewältigt werden.

Wertung: Bei fehlerhafter Technikausführung (Skating-Technik) muss die Aufgabe von Beginn an wiederholt werden.

Wellenfahren

Auf abfallendem Gelände überfahren von 3 – 5 Wellen bei einem Wellenabstand von ca. 4 – 5 m.

Wertung: Flüssiges Überfahren der Wellen. Bei Verlassen der Wellenbahn ist eine Wiederholung vom Beginn der Wellenbahn erforderlich.

„Unterlaufen“ von Hindernissen

Auf ebenem Gelände unterlaufen von 3 – 5 Hindernissen mit geringer Höhe (max. 80 cm) und einem Abstand von ca. 7 m.

Hinweis: Die Hindernisse sind so aufzubauen, dass zwischen den einzelnen Hindernissen ein Schritt oder ein Doppelstockschub möglich ist.

Wertung: Korrektes Überfahren und Einhalten der Laufspur.

„Einbeinfahren“

In leicht abfallendem Gelände überfahren von 4 Spurhindernissen, die in einem Abstand von ca. 5 m wechselseitig platziert ein kurzes Anheben des rechten und linken Beines erfordern.

Wertung: Korrektes Überfahren und Einhalten der Laufspur.

2. Langlaufstrecke 1,5 km (nur WK II und III)

Direkt aus dem Hindernisparcours heraus ist eine Langlaufstrecke von 1,5 km zu bewältigen.

