



Die Trendsportart Rope Skipping hat sich in den vergangenen Jahren nicht nur in Sportvereinen etabliert und weiterentwickelt, auch im Schulsport taucht das Thema „Seilspringen“ immer häufiger im Lehrplan auf.

In verschiedenen Landesverbänden wird der Schulwettkampf Skipping Schools bereits erfolgreich umgesetzt.

Der Fachbereich Rope Skipping - Schulwesen - des NTB, ist seit Anfang 2017 dabei, auch in Niedersachsen diesen Wettbewerb umzusetzen.

Skipping Schools unterteilt sich in vier Disziplinen, die als Team bewältigt werden müssen.

Ziel des NTB ist es, Skipping Schools Wettkämpfe an und mit den Schulen in Niedersachsen durchzuführen.

Für weitere Infos und genauere Angaben zu Disziplinen und Richtlinien

Im Internet:

Schulwesen NTB Rope Skipping

www.ntb-infoline.de/cms_new/sportarten-zielgruppen/freizeit-und-breitensport/rope-skiipping/willkommen/schulwesen



Ansprechpartner:

Svenja Reinhardt

E-Mail: reinhardt_svenja@yahoo.de

Annika Reinhardt

E-Mail: reinhardt_annika@yahoo.de

Britta Szypulski

E-Mail: Britta.Szypulski@web.de

SKIPPING SCHOOLS

Der Rope Skipping Schulwettkampf des NTB für Teams ab der 5. Klasse

SKIPPING SCHOOLS

Der Rope Skipping Schulwettkampf
des NTB für Teams ab der 5. Klasse

Altersklassen:

**Mannschaften bestehend aus max.
8 Jungen/Mädchen:**

- Klasse 5 + 6 AK 10 – 13 (WK IV)

**Mannschaften bestehend aus max.
5 Jungen/Mädchen:**

- Klasse 7 + 8 AK 12 – 15 (WK III)
- Klasse 9 + 10 AK 14 – 17 (WK II)
- Klasse 11 AK 18+ (WK I)

Disziplinen:

Single Rope Speed:

Es springen insgesamt 4 Springer:

2x Speed

+ 2x Criss Cross – WK IV oder

+ 2x Double Under – WK I + II + III

Single Rope Compulsory:

Eine teilweise vorgegebene und teilweise freie
Sprungfolge, die 4 Springer gleichzeitig zeigen

WK IV

TEIL A

2x Grundsprung
4x Grätschsprung
2x Grundsprung
4x Schrittsprung
Wiederholung

+ **TEIL B**

Abschluss nach Wahl
mind. 8Takte
max. 16 Takte

WK I + II + III

TEIL A + TEIL B

(s. WK IV) ½ Drehung
2x Grundsprung
½ Drehung
2x Criss Cross
4x Heel to Heel
2x Double Under

+ **TEIL C**

Abschluss nach Wahl
mind. 16 Takte
max. 32 Takte

Partnersprünge:

Hier treten 4 Springer in 2er Teams je in einem
Seil an. Das beste Team wird gewertet

WK IV

2 Springer sind gleichzeitig in einem
Beaded Rope 90 Sekunden lang
Anzahl der Sprünge gezählt

WK III + II + I

2 Springer abwechselnd in einem
Beaded Rope 90 Sekunden lang
Anzahl der Sprünge gezählt

Langseildisziplin:

WK IV

Gesprungen wird in einem Long Rope
(min. 3 Sprünge)

Es starten pro Team je 2 Trios und die Anzahl der
fliegenden Wechsel in 90 Sekunden wird gezählt

WK I + II + III

Gesprungen wird im Double Dutch

Im fliegenden Wechsel werden die Wechsel eines
Trios in 90sec. gezählt