

# Wurf / Stoß



## Kampfrichter – Grundausbildung

XX.XX. – XX.XX.201x

Referenten: ...

## Kampfrichter - Grundausbildung

- Allgemeines
  - Lauf
  - Sprung
- 
- Wurf/Stoß
    - Allgemeines
    - Sicherheit
    - Wurf- und Stoßdisziplinen
- 
- Prüfung

## Welche Wurf- & Stoßdisziplinen gibt es?

- **Ball-/Schlagballwurf**
- **Kugelstoßen**
- **Speerwurf**
- **Diskuswurf**
- **Hammerwurf**



RD

**Kennt Ihr auch:**  
*Gewichtwurf ?*



RD

## Geräte: Bestimmungen

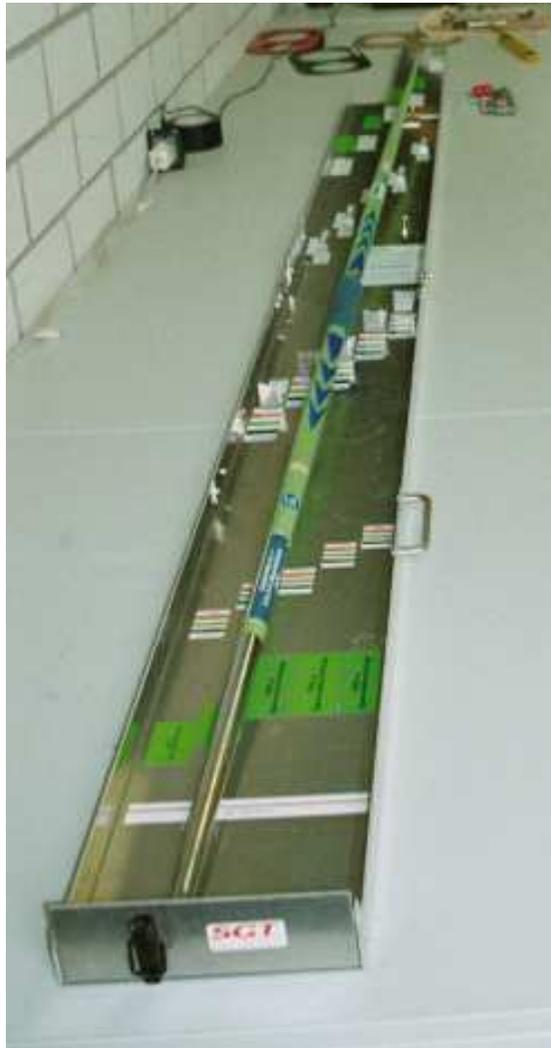
- **alle Geräte müssen den Bestimmungen entsprechen**
- **eigene Geräte sind erlaubt und müssen vom Veranstalter geprüft und gekennzeichnet sein**
- **die Geräte müssen jedem Wettkämpfer zur Verfügung gestellt werden**
- **ungeprüfte Geräte dürfen im Wettkampf nicht benutzt werden**

## Geräte: Gerätekontrolle Kugel

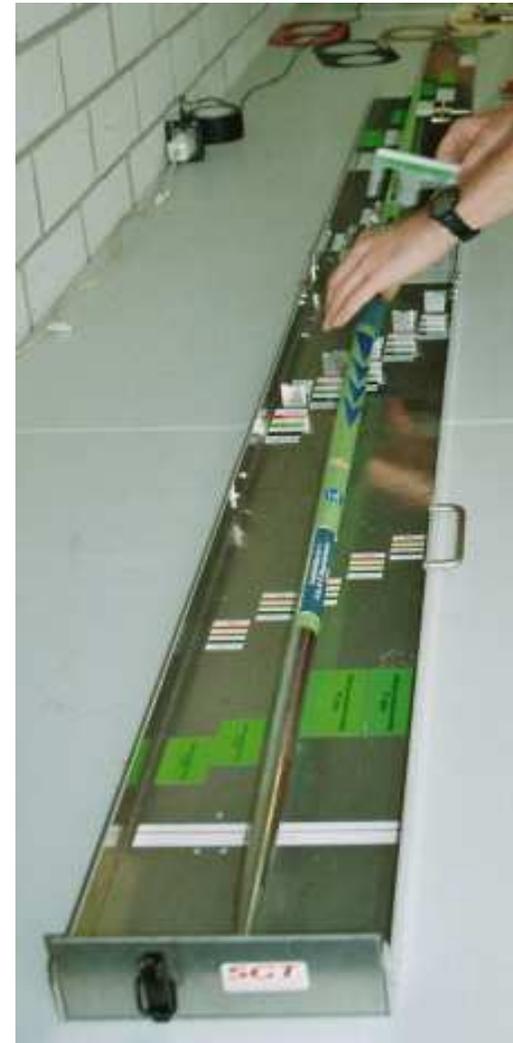


**Durchmesserkontrolle**

## Geräte: Gerätekontrolle Speer



**Schwerpunktkontrolle**



**Durchmesserkontrolle**

## Geräte: Gerätekontrolle Diskus



**Durchmesserkontrolle**



**Kontrolle der Diskusstärke**

## Allgemeines: Versuchszeit / Probeversuche

- **Wettkampfgericht**
  - Schiedsrichter Wurf (grüne Armbinde)
  - Obmann, Kampfrichter, Helfer
- **Dauer der Versuche**
  - 1 Minute
- **Einwerfen/Einstoßen (Probeversuche)**
  - Probeversuche finden nur unter Aufsicht des Kampfgerichtes statt
  - jedem Wettkämpfer sind Probeversuche erlaubt, und zwar nur am Wettkampfsplatz
  - sobald der Wettkampf begonnen hat, dürfen die Wettkämpfer die Anlagen nicht mehr für Übungszwecke benutzen

## Allgemeines: Schutzvorkehrungen / Hilfsmittel

**Die Verwendung von unterstützenden Hilfsmitteln ist nicht erlaubt!**

- **Ausnahmen:**

- jede Art von persönlichem Schutz aus medizinischen Gründen (z.B.: Bandagen, Tape, Gürtel, Stütze usw.)
- Umwickeln von einzelnen Fingern (kein Zusammenbinden)
- beim Hammerwurf: Verwenden von Handschuhen mit freien Fingerspitzen
- Verwendung einer Substanz (z.B. an Händen oder Handschuh)

- **Aber:**

Die Verwendung einer Substanz im Kreis oder an den Schuhsohlen ist nicht erlaubt.

## Allgemeines: Durchführung

- **Wettkämpfer dürfen**
  - innerhalb der Versuchszeit den Versuch beliebig oft unterbrechen,
  - das Gerät inner- oder außerhalb des Kreises niederlegen
  - dabei den Kreis/die Anlaufbahn regelgerecht verlassen und in den Kreis/die Anlaufbahn zurückkehren und den Versuch erneut beginnen
- **der Versuch hat aus einer ruhigen Position zu erfolgen**

## Allgemeines: Fehlversuche

- der Athlet tritt auf den Kreisring, den Stoßbalken, den Abwurfbogen oder die Begrenzungslinien der Anlaufbahn
- während des Versuches wird mit irgendeinem Körperteil der Boden außerhalb des Kreises oder hinter dem Abwurfbogen berührt
- der Kreis/die Anlaufbahn wird verlassen, bevor das Gerät gelandet ist
- der Kreis/die Anlaufbahn wird nicht hinter den seitlichen weißen Linien verlassen
- das Gerät berührt die Sektorlinien oder landet außerhalb
- der Versuch wird nicht innerhalb der Versuchszeit begonnen
- der Versuch wird nach Ablauf der Versuchszeit unterbrochen

## Allgemeines: Fehlversuche

Es ist kein Fehlversuch, wenn

- das Wurfgerät das Netz oder den Käfig berührt!
- der Hammer während des Schwungholens den Boden berührt!

## Allgemeines: Messen von gültigen Versuchen

- Messen mit einem geprüften und zugelassenen Stahlmaßband
- technisches Messgerät darf verwendet werden (z.B. Optische Weitenmessung)
- Leistungen werden in vollen Zentimetern angegeben (Zwischenwerte werden abgerundet)

### Ausnahme

Ball-/Schlagballwurf!

## Sicherheit: am Wettkampfort

- **AKTIVE Aufgabe eines jeden Kampfrichters ist es, für größtmögliche Sicherheit zu sorgen!**
- **Innenraum/Wettkampfanlage darf nur von unmittelbar Beteiligten (Teilnehmer, Kampfrichter) betreten werden**
- **auf parallel stattfindende Wettbewerbe ist zu achten**
- **der Aufenthalt in der Gefahrenzone von Anlagen ist nicht gestattet**
- **der Aufenthalt neben den Wurf-/Stoßsektoren ist nur den eingeteilten Kampfrichtern gestattet**

## Sicherheit: am Wettkampfort

- **Würfe dürfen nur auf den Wurfanlagen unter Leitung des zuständigen Kampfgerichtes ausgeführt werden**
- **Geräte müssen zurück getragen werden**
- **alle Personen im Gefahrenbereich müssen Blickrichtung zum Abwurfbereich haben**
- **der Obmann darf die Anlage erst freigeben, wenn er sich überzeugt hat, dass niemand gefährdet ist**

## Sicherheit: mögliche Sicherheitsmaßnahmen

- **Absperrung zu anderen Wettkampfplätzen**
- **Genauere Besichtigung der Wettkampfanlage (Stolperkanten, lose Balken)**
- **Anlaufbahn, Stoß- / Wurfsektor ist frei zu halten**
- **Kampfrichter**
  - Blickrichtung bei frei gegebener Anlage stets zum Stoß- oder Wurfgerät
  - dem Wurfgerät immer seitlich ausweichen
  - nicht vor dem Gerät davon laufen

## Sicherheit: Schutzgitter

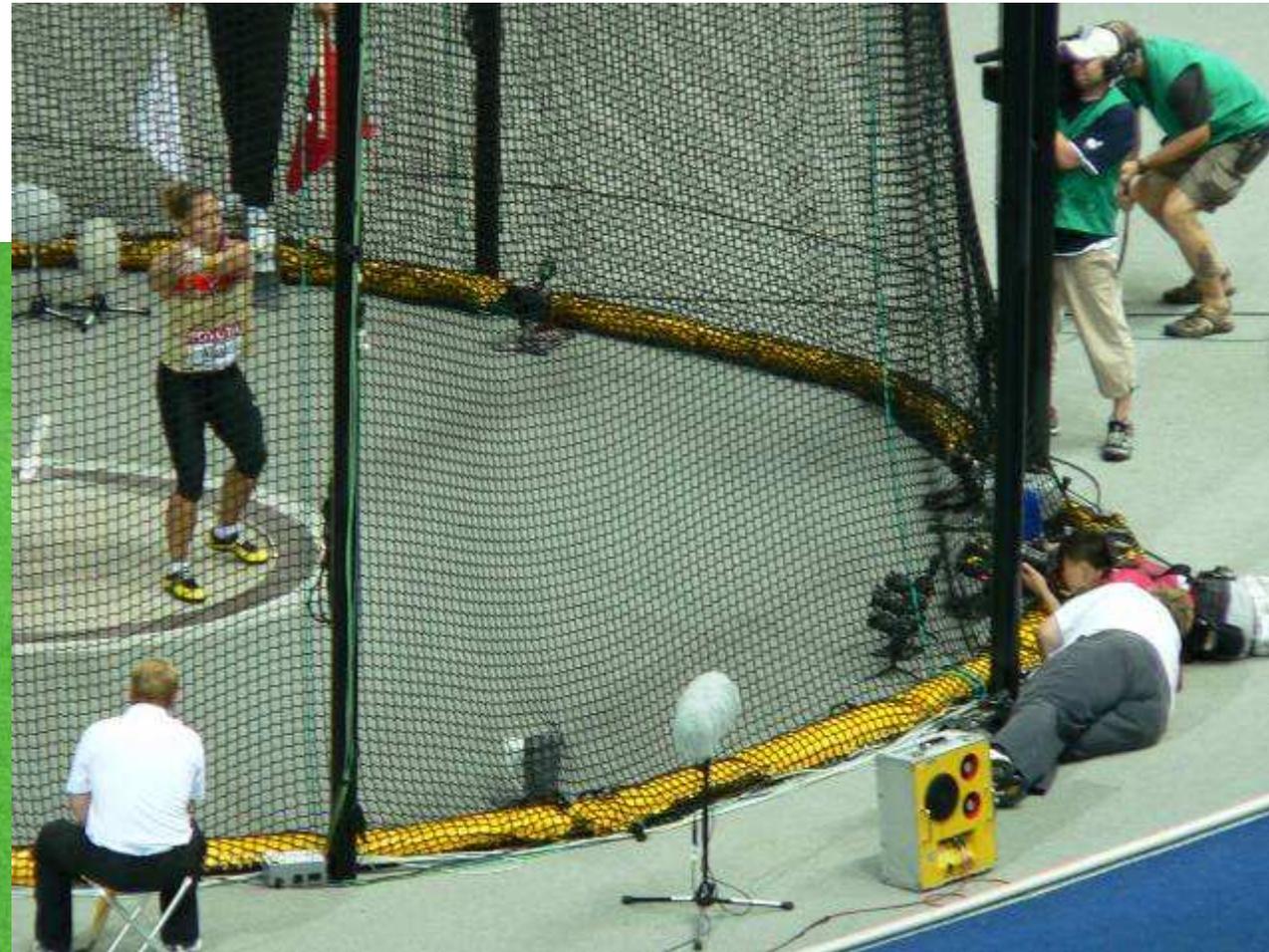
**Leichtsinnig!**



## Sicherheit: Blickrichtung Kampfrichter-Wurfgerät



## Sicherheit: Hammer - Presse am Sektor / Ring



## Sicherheit: Einwerfen Speerwurf



## Sicherheit: Unkontrolliertes Einwerfen



## Sicherheit: Gerätetransport



## Sicherheit: Optimale Lösungen Gerätetransport



## Ball-/Schlagballwurf: Allgemeines

- **Durchführung**

der Wurf erfolgt mit einer Hand aus dem Stand oder mit Anlauf mit einem

- **Schlagball (80 g) oder**
- **Wurfball (200 g)**

- **Fehlversuch**

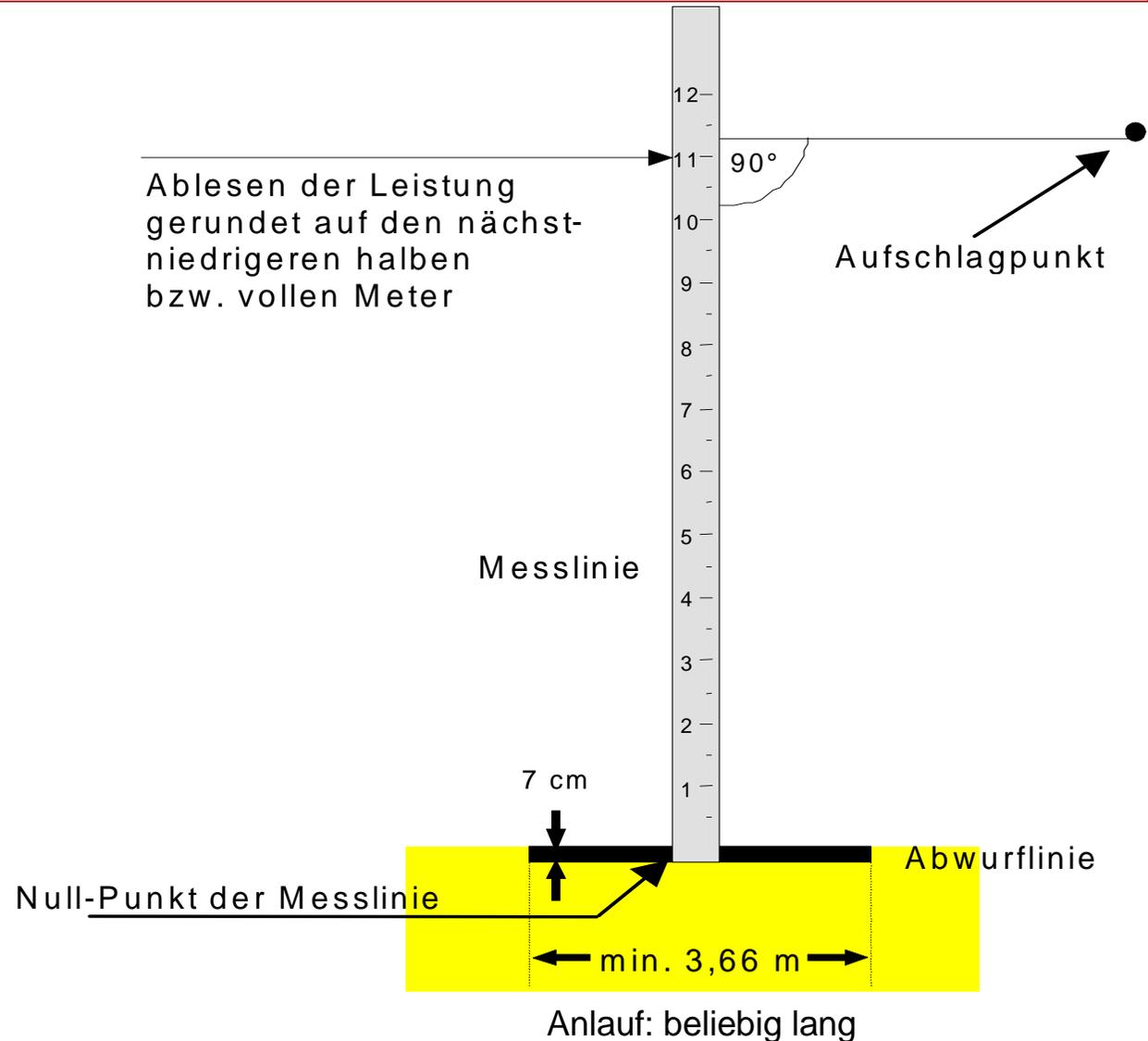
wenn der Wettkämpfer mit irgendeinem Körperteil die Abwurflinie oder den Boden jenseits davon berührt

# Ball-/Schlagballwurf: Messen

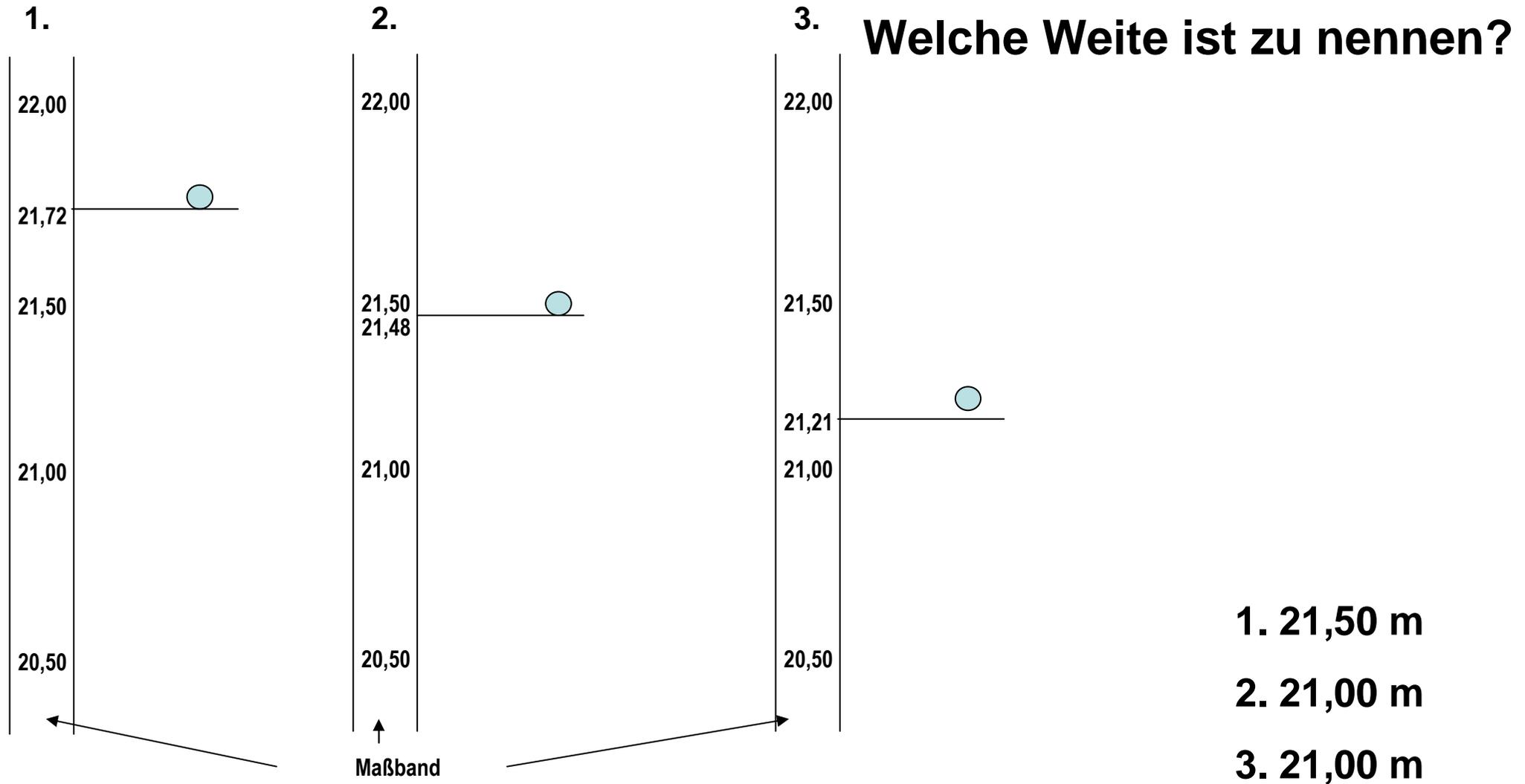
## Messen der Leistung:

Von der Aufschlagstelle wird

- senkrecht zur Messlinie
- auf den nächst niedrigeren halben bzw. vollen Meter abgerundet.



## ... gewusst?



## Kugelstoß: Durchführung

- **Kugel wird von der Schulter aus mit einer Hand gestoßen**
  - Ellenbogen ist hinter der Kugel
  - Kugel muss zu Beginn Hals oder Kinn berühren oder in der Nähe sein
- **Drehbewegungen sind erlaubt**
- **Wettkämpfer darf Innenfläche des Kreisringes und des Balkens berühren**

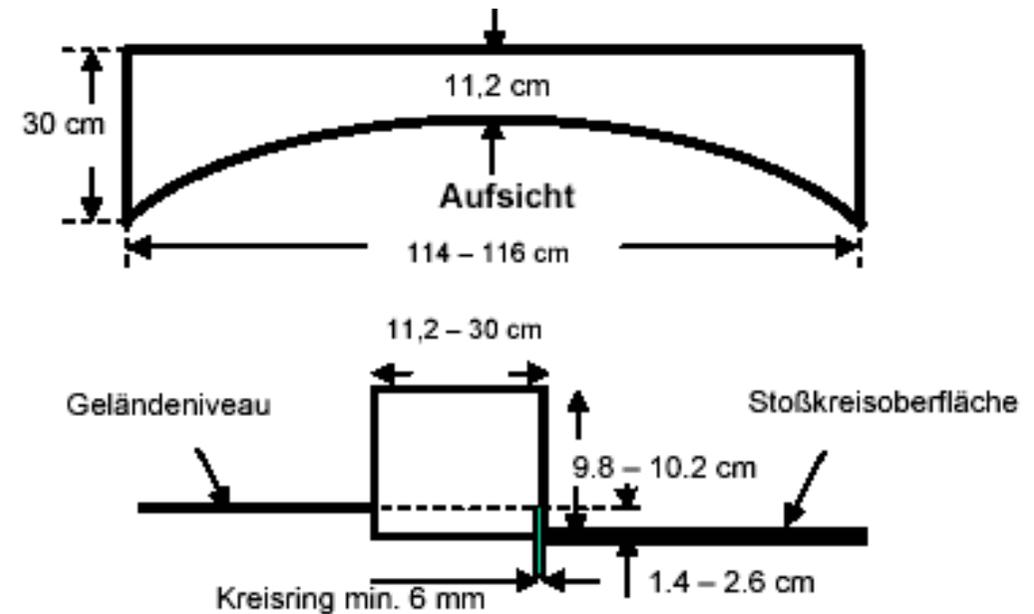
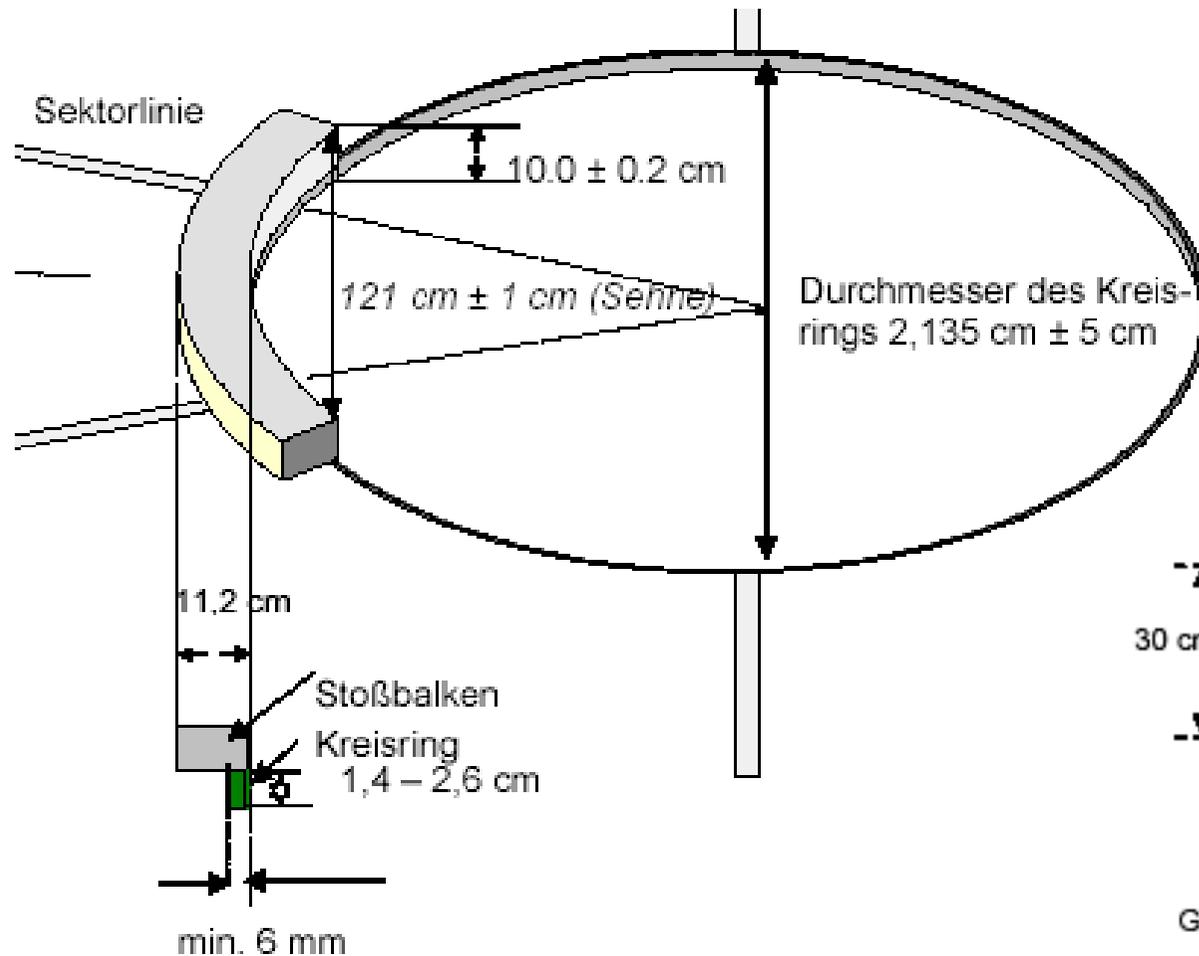


**Gültig**

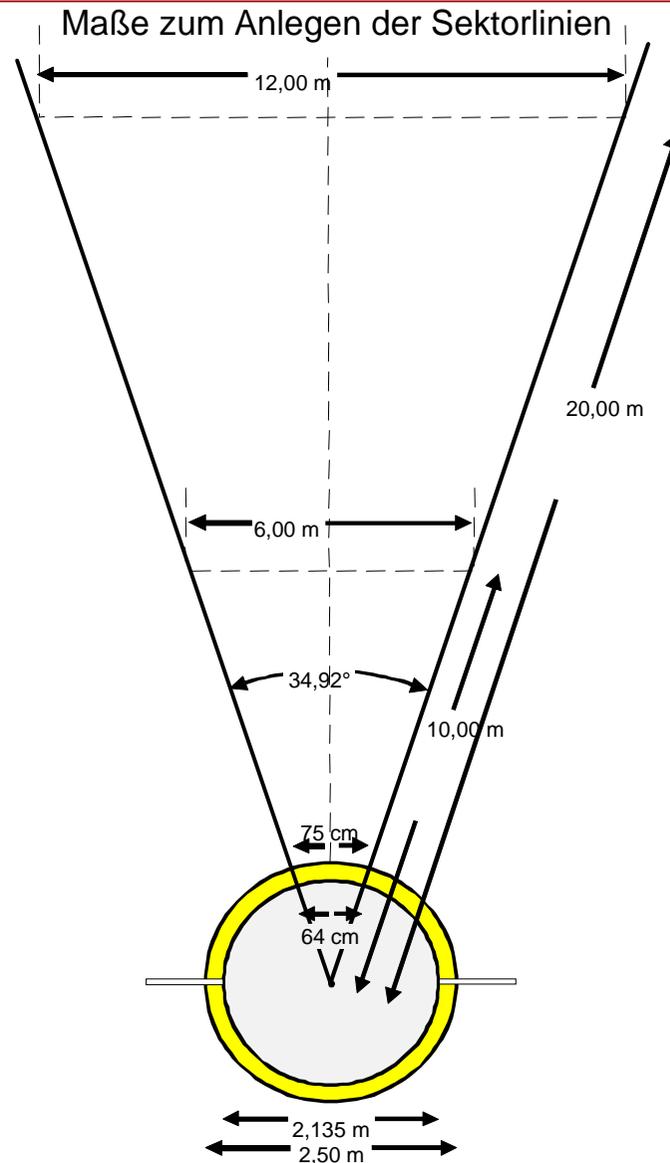


**Ungültig**

# Kugelstoß: Stoßkreis und -balken

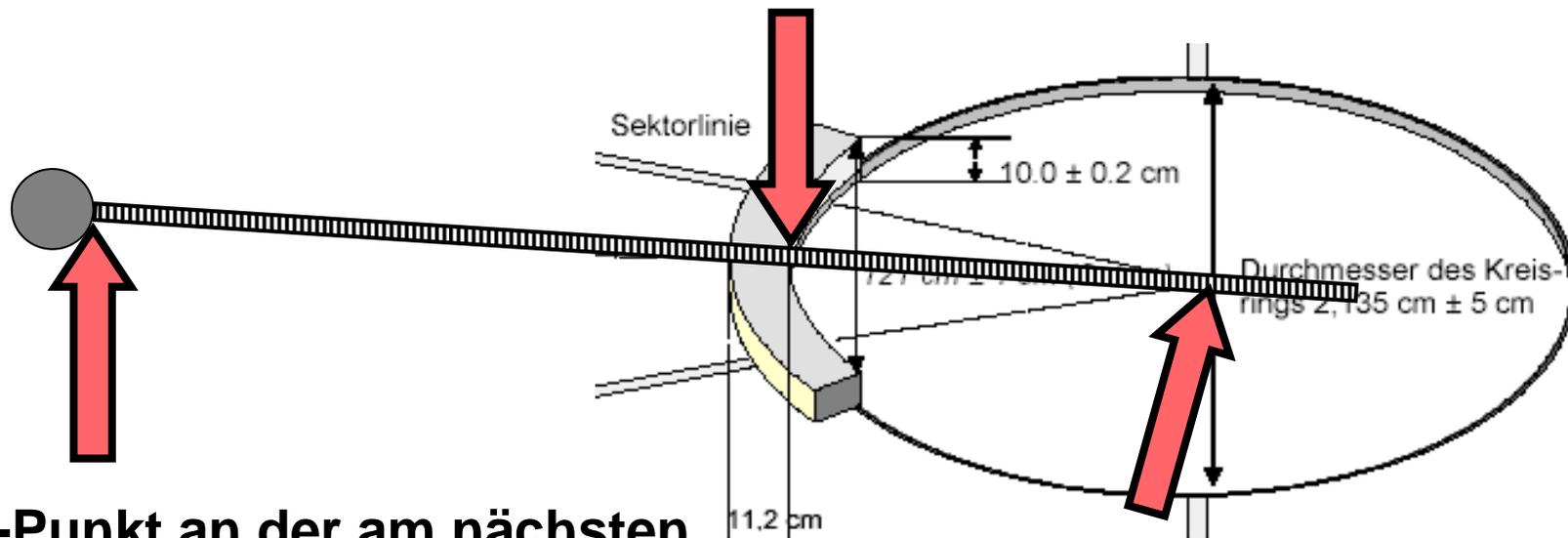


# Kugelstoß: Einmessen des Sektors



## Kugelstoß: Messen

### 3. Die Weite an der Innenseite des Stoßbalkens ablesen.



1. 0-Punkt an der am nächsten zum Stoßring gelegenen Einschlagstelle anlegen

2. Das Maßband über den Mittelpunkt des Kreises führen

## Kugelstoß: Messen



**1. Nullpunkt an Aufschlagpunkt fixieren**

**2. Maßband anlegen und ...**

## Kugelstoß: Messen



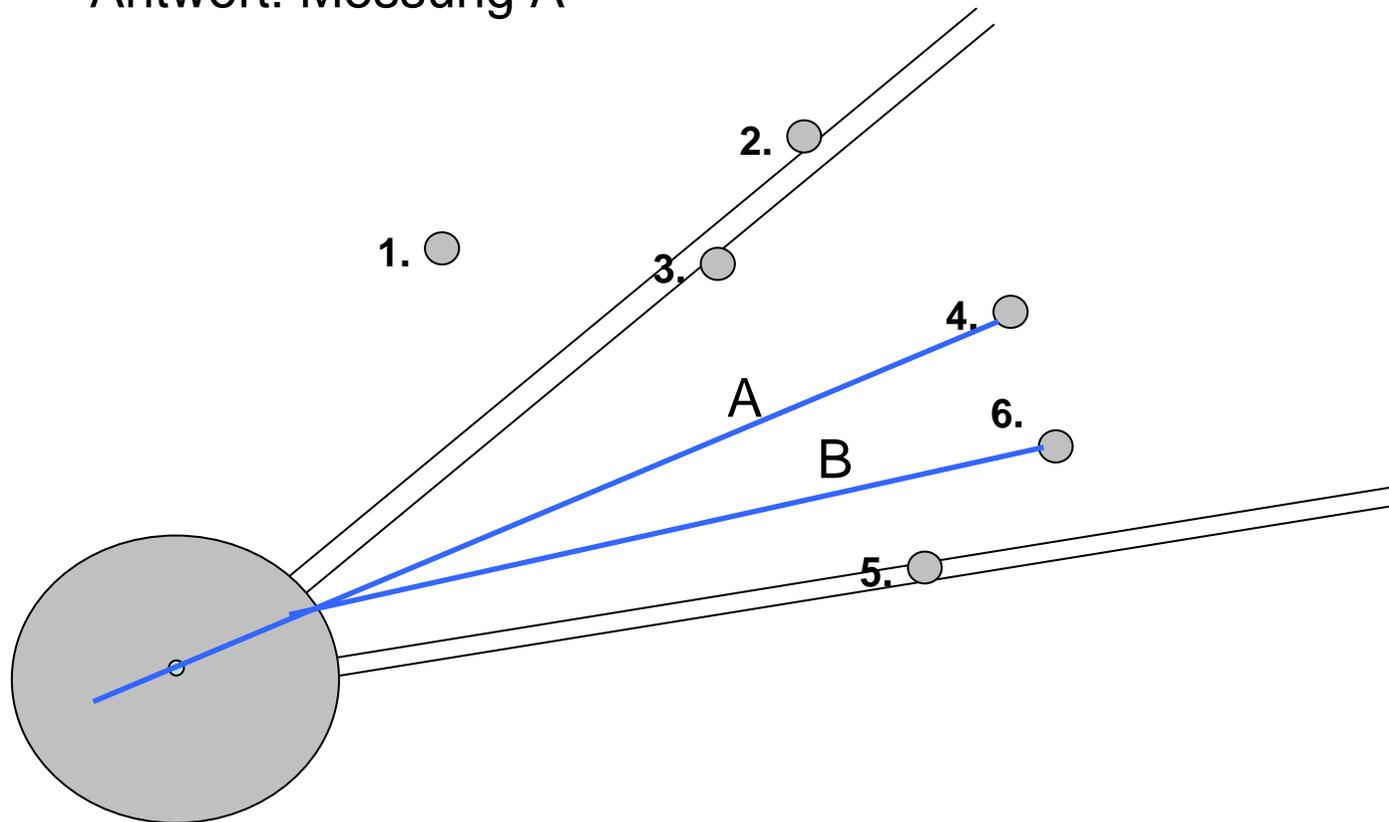
... über den Mittelpunkt strammziehen

3. Weite an der Innenseite ablesen

... gewusst?

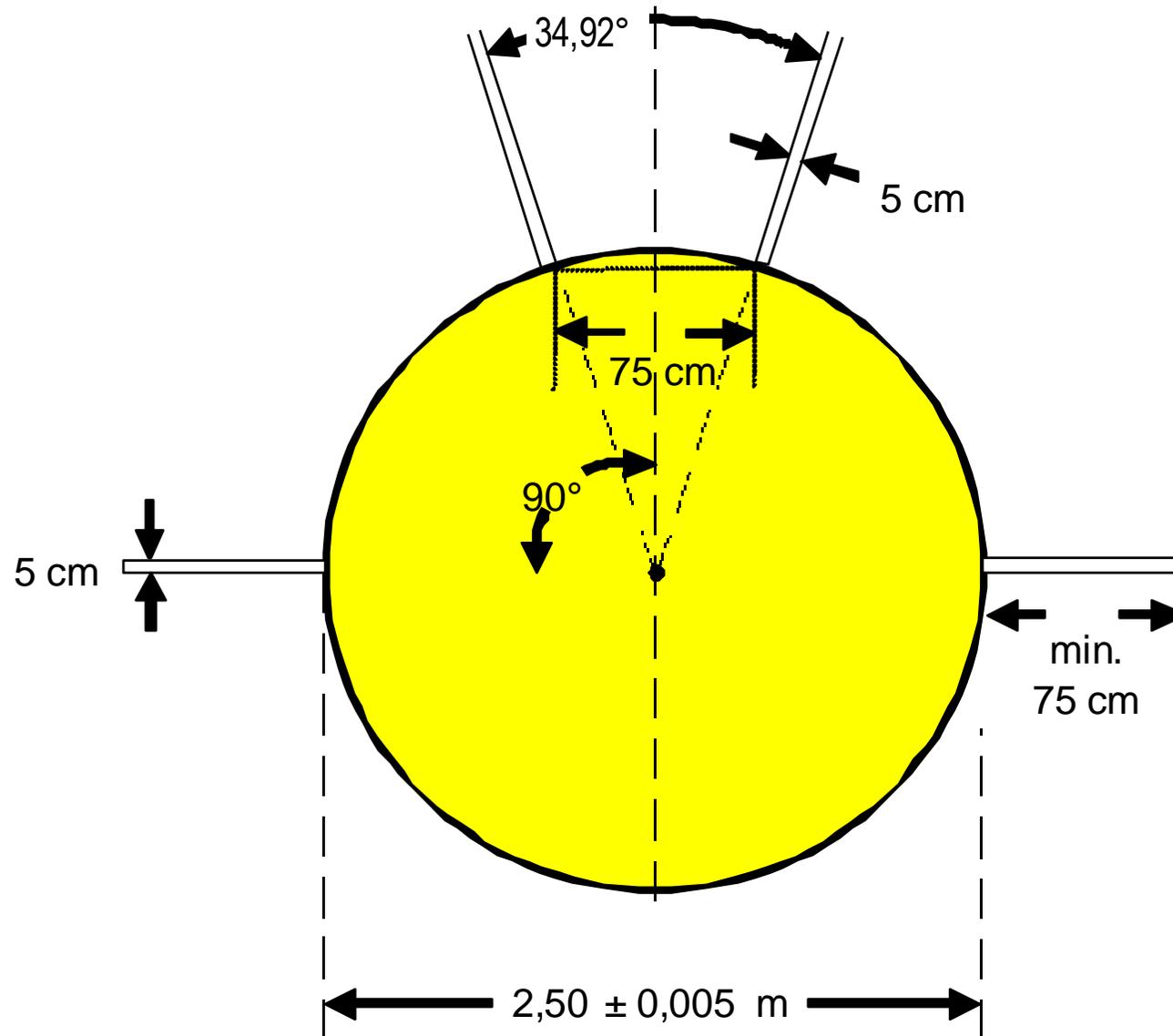
## Welche Messung ist richtig: A oder B?

Antwort: Messung A



- 1. Ungültig
- 2. Ungültig
- 3. Ungültig
- 4. Gültig
- 5. Ungültig
- 6. Ungültig

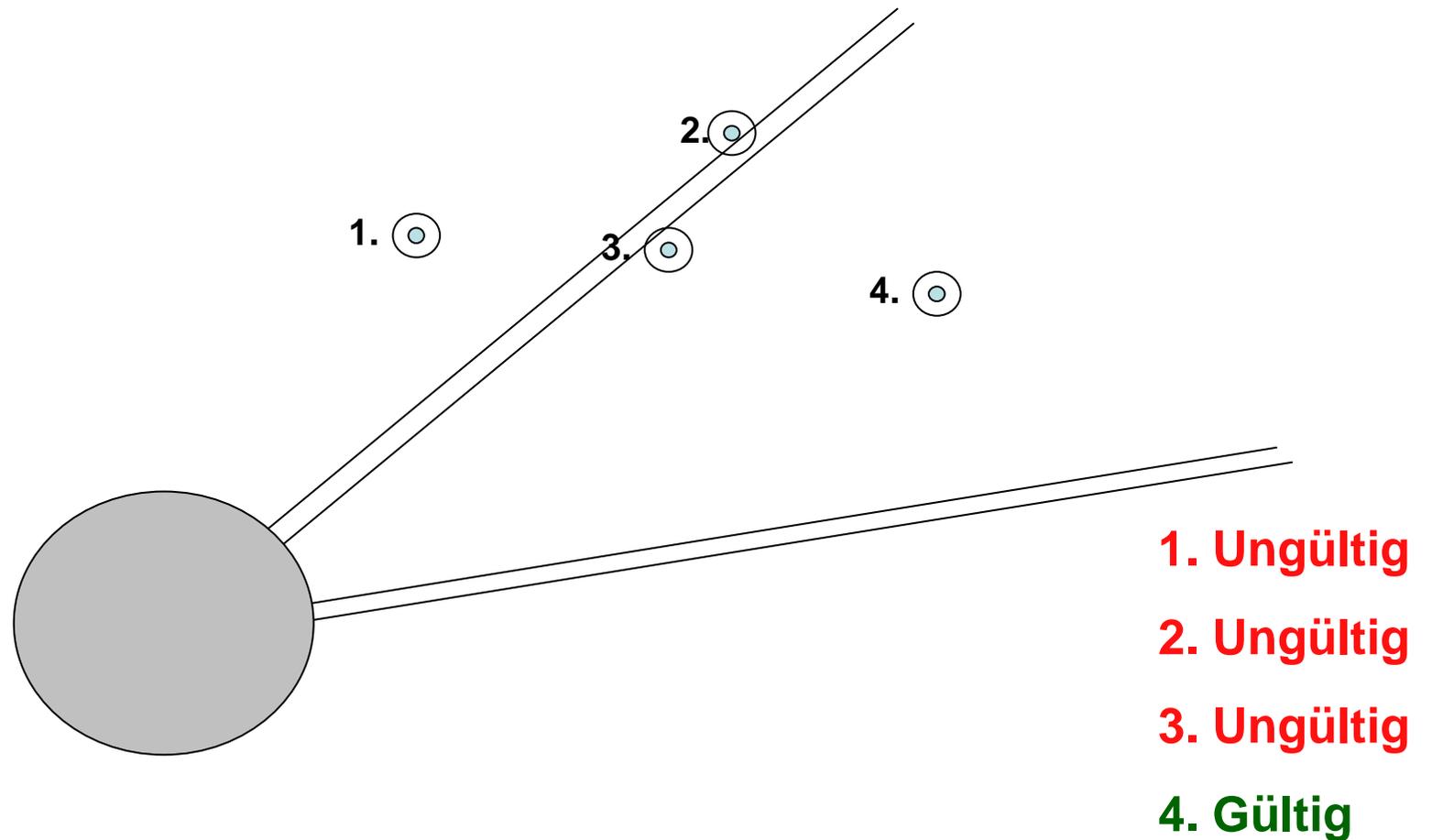
## Diskuswurf: Wurfkreis



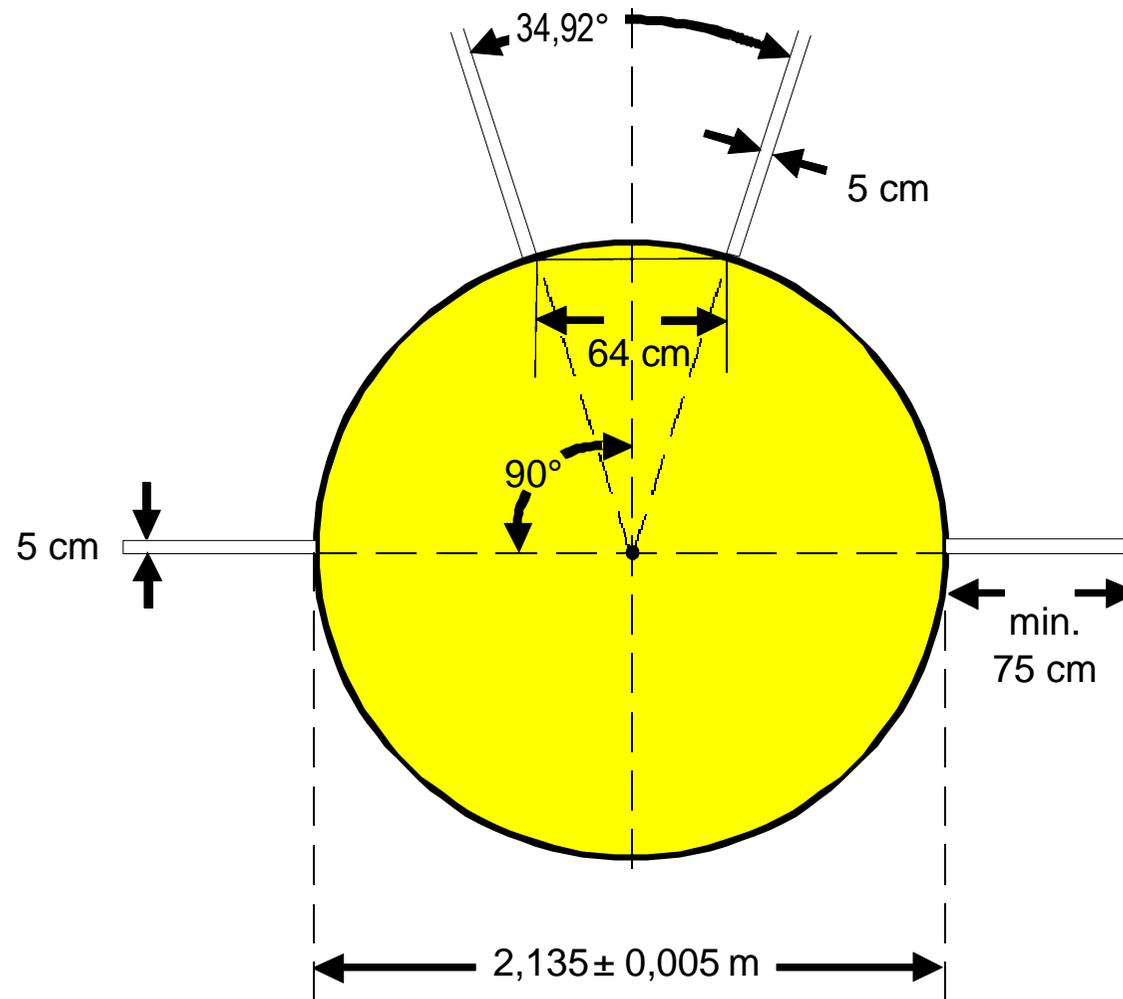


... gewusst?

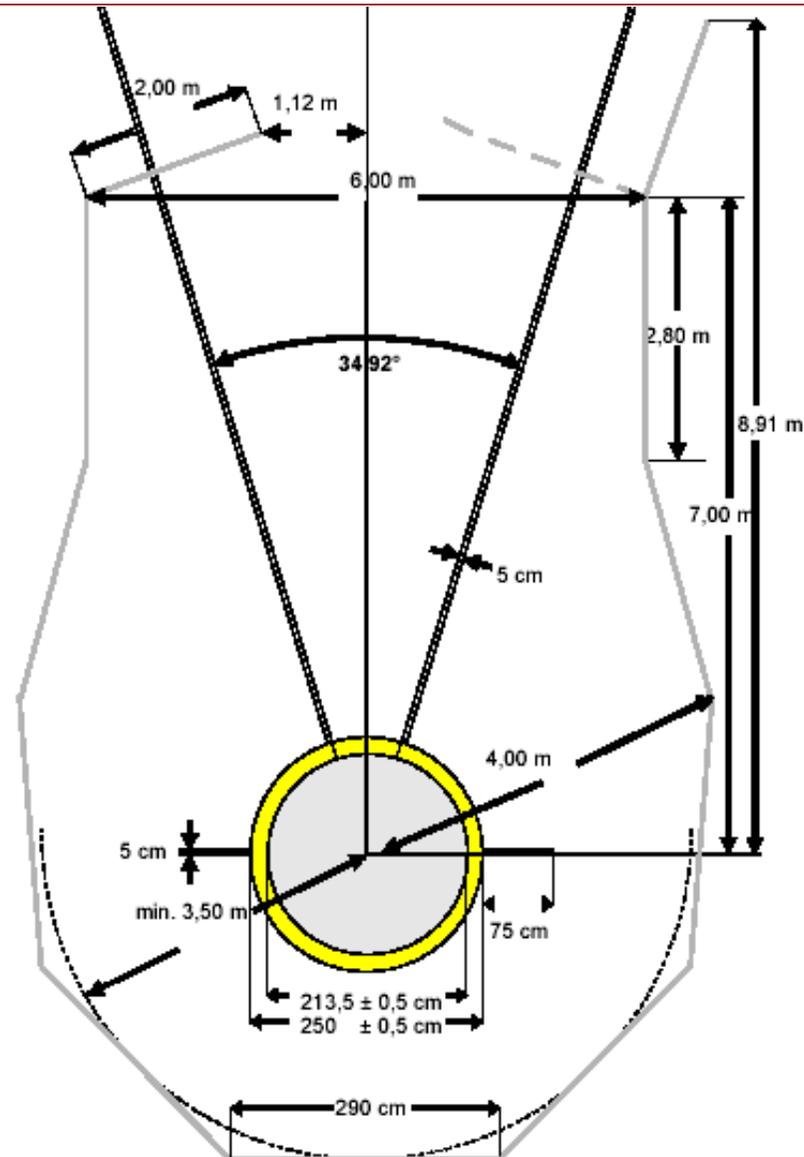
**Gültig oder ungültig?**



## Hammerwurf: Wurfkreis



# Hammerwurf: Wurfanlage



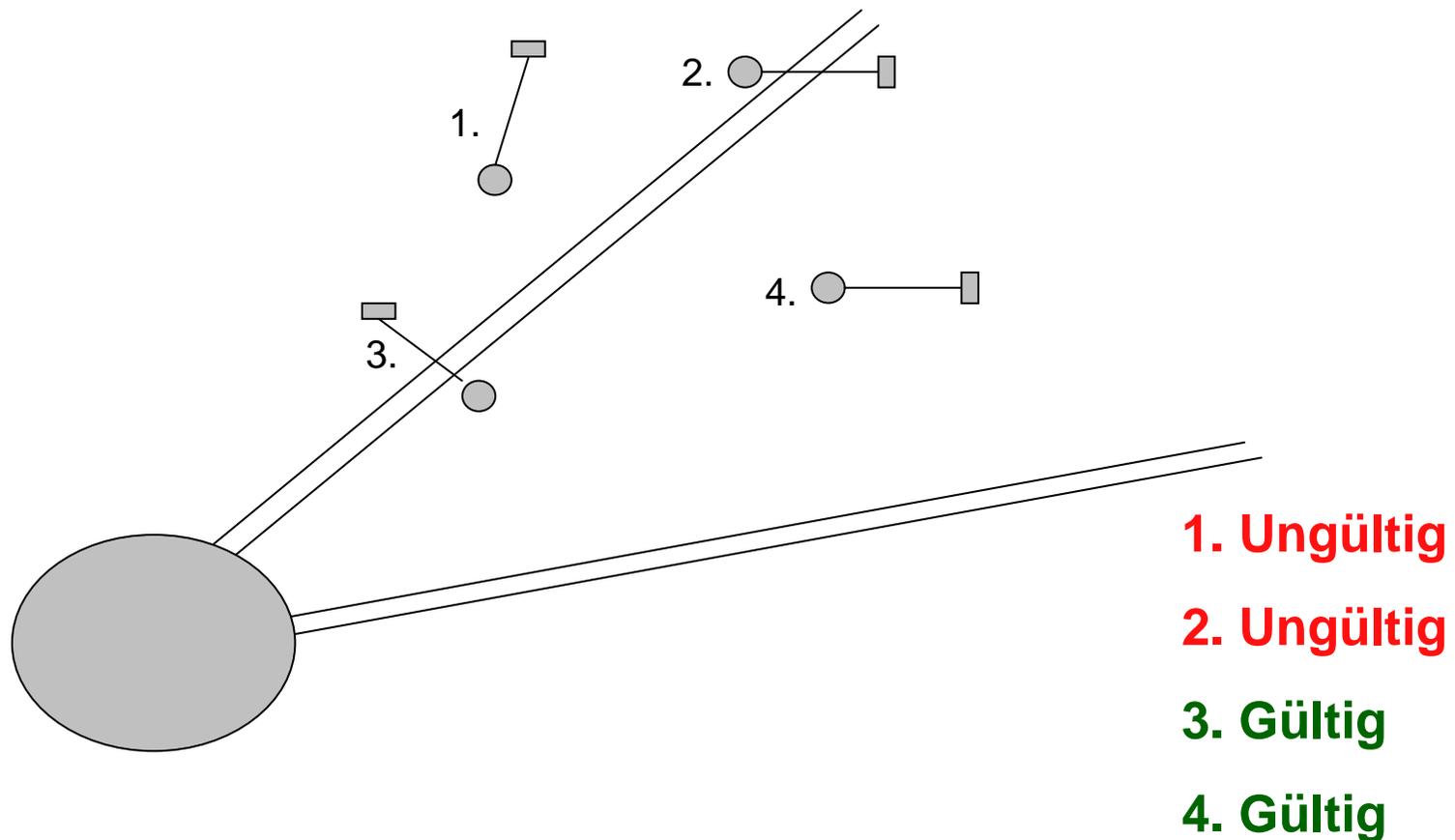
## Hammer-/Diskuswurf: Einlagering



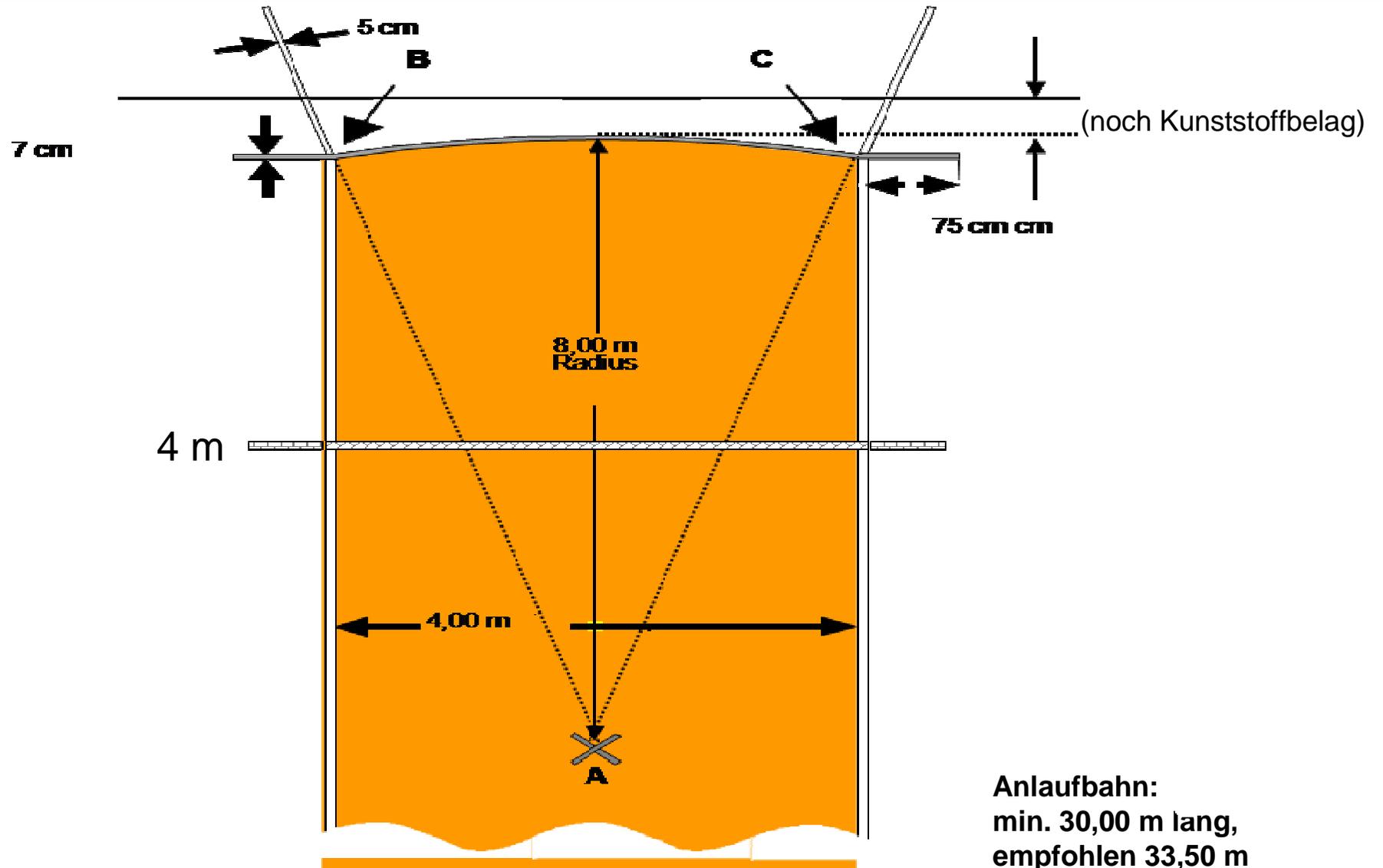
Einlage, um den  
Durchmesser  
zu verkleinern

... gewusst?

**Gültig oder ungültig?**

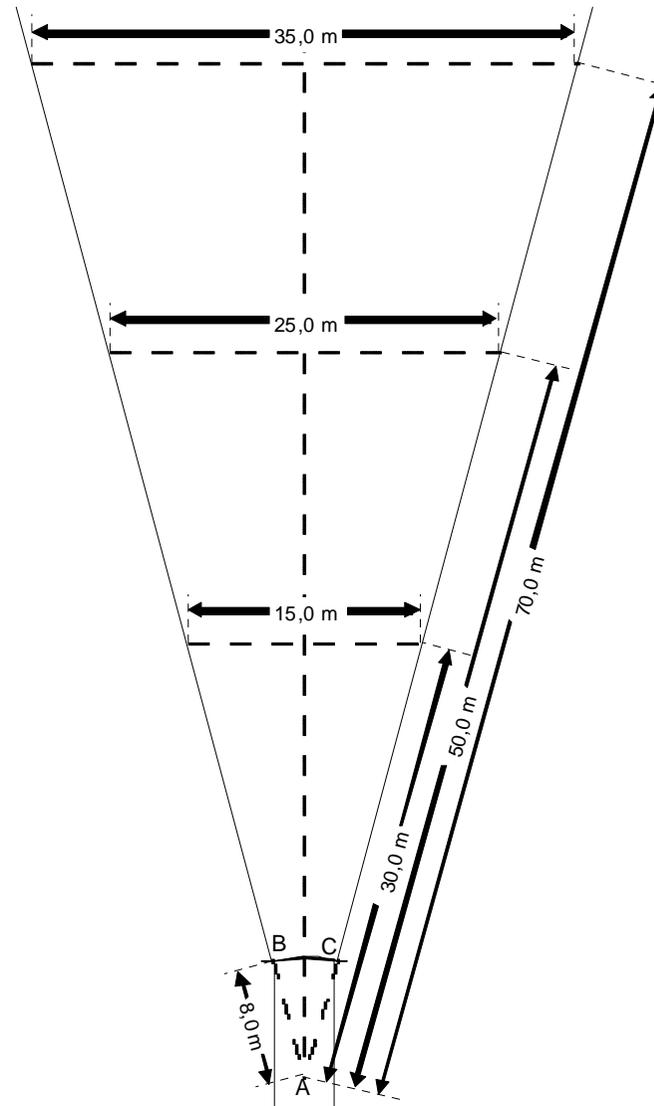


# Speerwurf: Anlaufbahn



# Speerwurf: Wurfsektor

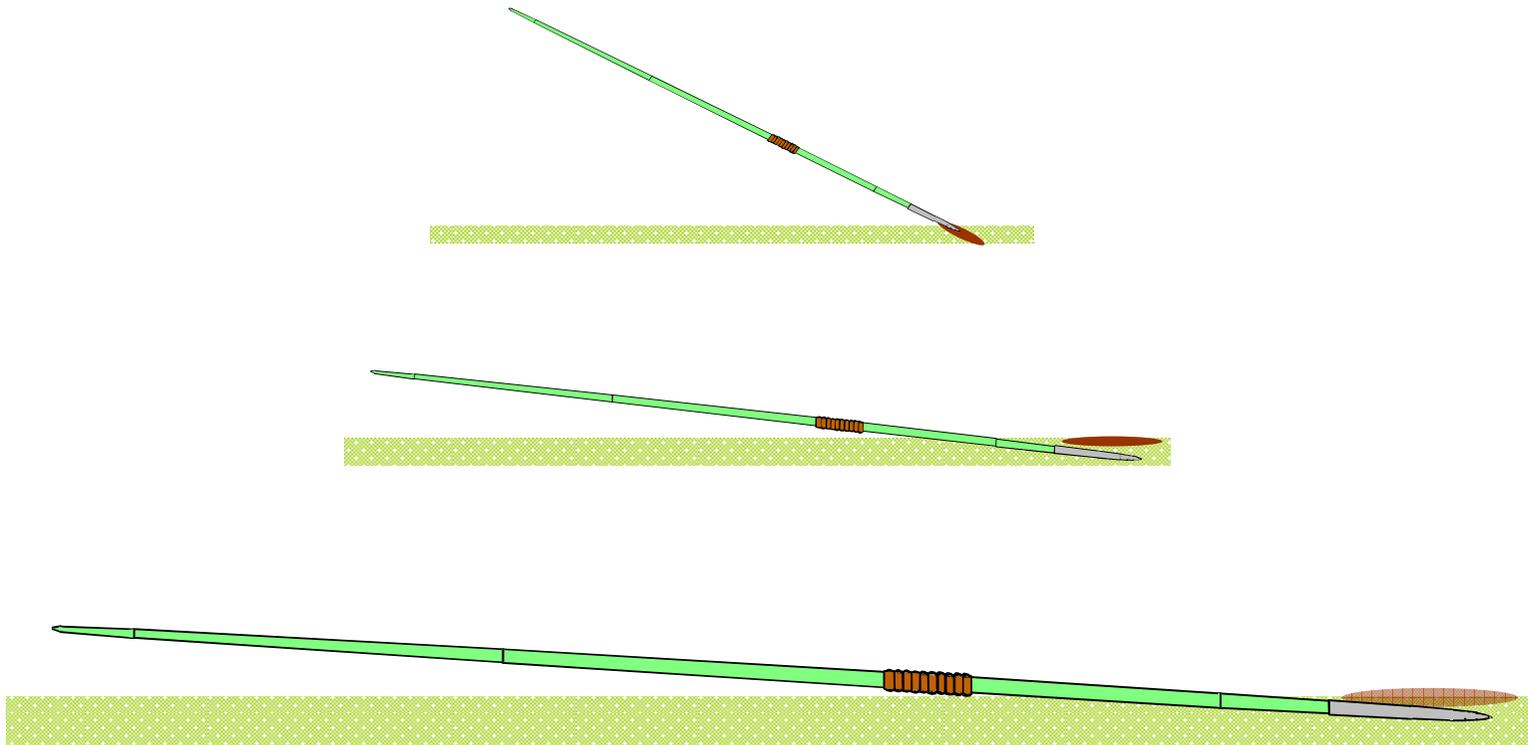
Maße zum Anlegen der Sektorlinien



## Speerwurf: Durchführung

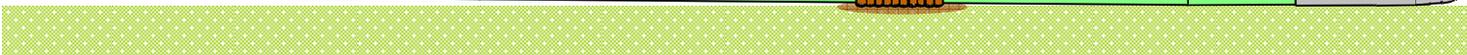
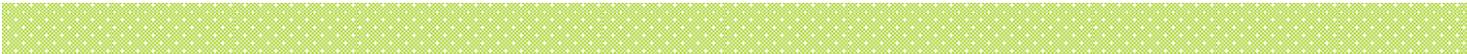
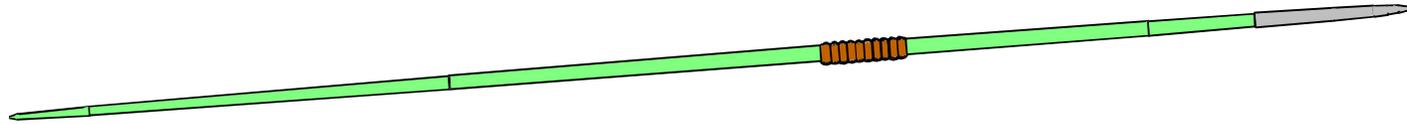
- **der Speer muss über die Schulter geworfen werden**
- **der Speer darf nicht aus einer Drehung heraus geworfen werden**
- **unorthodoxe Wurfstile sind nicht erlaubt**
- **der Speer muss am Griff gefasst werden**
- **die Speerspitze muss vor allen anderen Teilen des Speeres auf dem Boden auftreffen**

# Speerwurf: Gültige Versuche



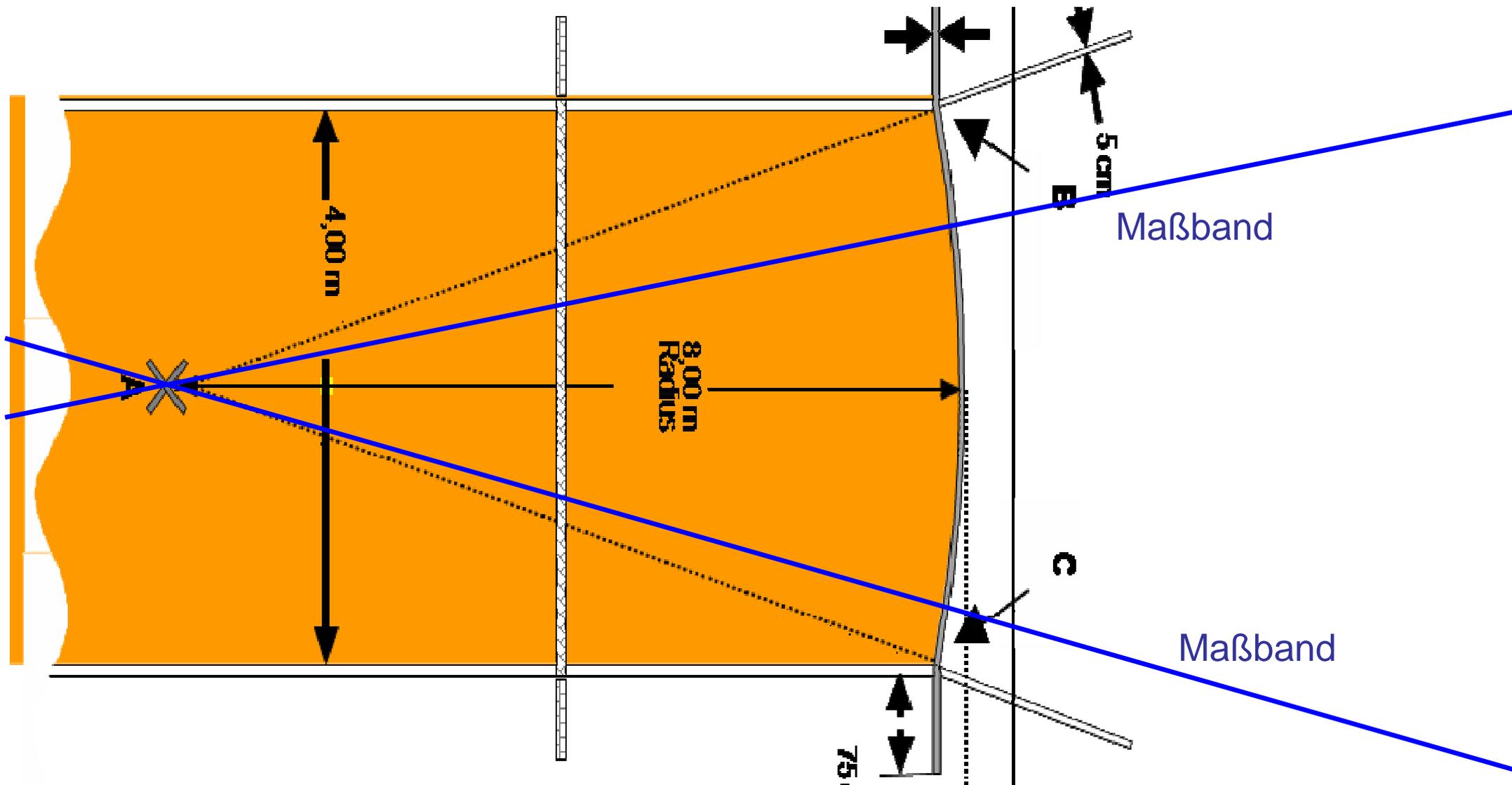
**Gültig**

# Speerwurf: Ungültige Versuche



**Ungültig**

# Speerwurf: Messen



# Speerwurf: Messen



## Speerwurf: Messen



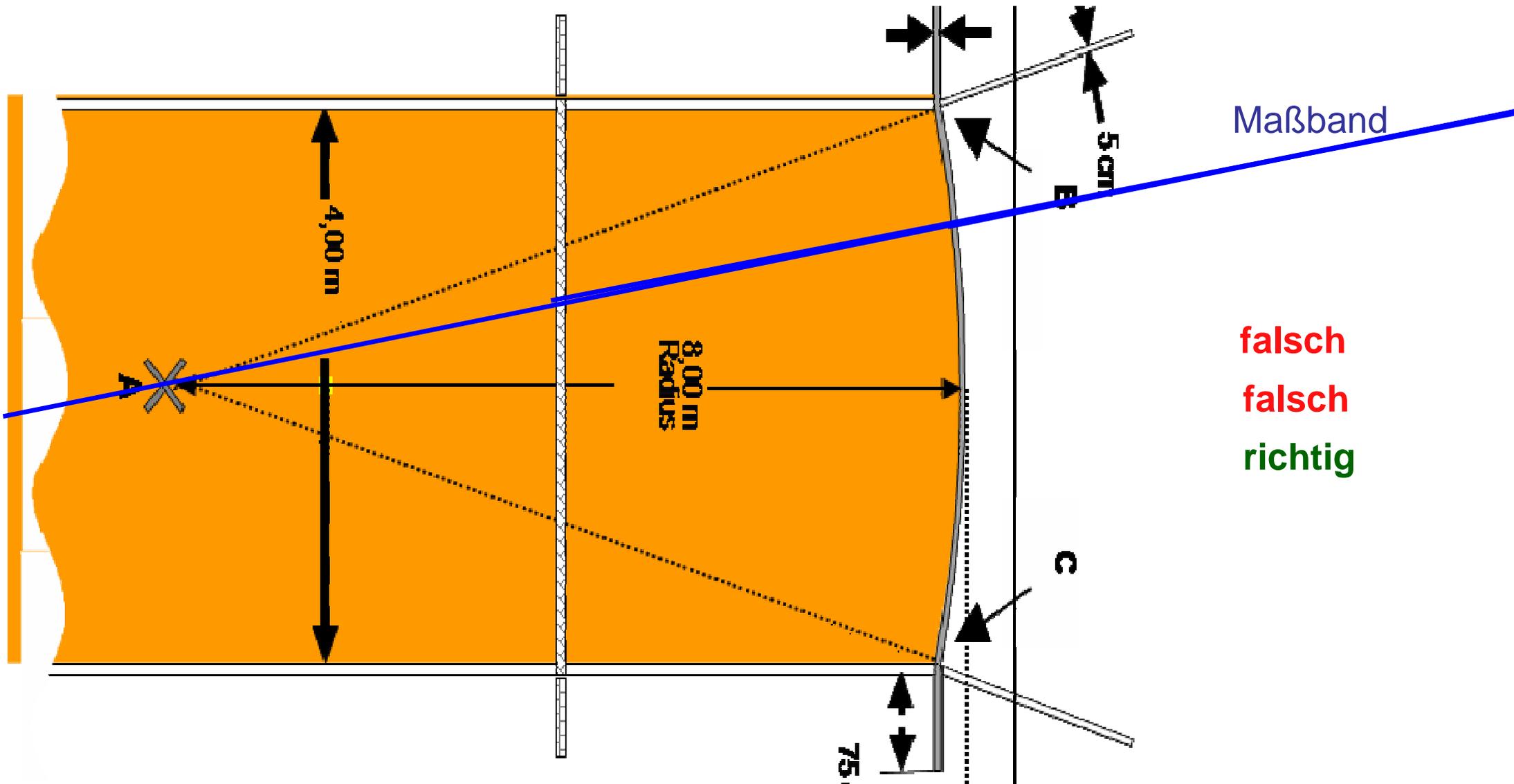
**1. Nullpunkt des Maßbandes an  
Aufschlagstelle fixieren**



## Speerwurf: Messen



... gewusst?



Maßband

falsch  
falsch  
richtig