



INHALTSVERZEICHNIS	SEITE
1. HEAVY - DISZIPLINEN	3
1.1 GRUNDSÄTZLICHES	3
1.1.1 Kleiderordnung	3
1.1.2 Startreihenfolge	3
1.1.3 Reihenfolge der Disziplinen	3
1.1.4 Hilfsmittel	3
1.1.5 Bruchschaden	3
1.2 DISZIPLINEN	3
1.2.1 Allgemeines zu Weight for distance (Gewichtweitwurf) Putting the stone (Steinstossen) und Scottish hammer (Hammerwurf).	3
a) Anzahl der Versuche	3
b) Abwurf, Abwurfbereich und Wurfbereich	3
c) Ausführung des Wurfes/Stosses	3
bnm	
1.2.2 Beschaffenheit der Gewichte und Ausführung der Würfe/Stösse	4
a) Weight for distance (Gewichtweitwurf)	4
b) Weight over the bar (Gewichthochwurf)	4
c) Scottish hammer (Hammerwurf)	5
d) Putting the stone (Steinstossen)	5
e) Tossing the caber (Baumstammüberschlag)	5
1.2.3 Gewichte und Qualifikationsnormen	6
1.3 QUALIFIKATION A-UND B-HEAVY	7
1.3.1 Qualifikationsmodus A-Heavy	7
1.3.2 Qualifikationsmodus B-Heavy	7
1.3.3 Tabelle der Gewichte und Qualifikationsnormen	7
1.4 WERTUNG/WERTUNGSRICHTER	8
1.4.1 Allgemeines	8
1.4.2 Disqualifikation	8
1.4.3 Methoden der Punktwertung	8
1.4.4 Rekorde	8
2. MANNSCHAFTEN	8
2.1 ALLGEMEINES	8
2.1.1 Zusammensetzung der Mannschaften	8
2.1.2 Auswahl der Disziplinen	9
2.1.3 Punkteverteilung	9



INHALTSVERZEICHNIS	SEITE
2.2 AUSWAHLKATALOG DER MANNSCHAFTSDISZIPLINEN	9
2.2.1 Stones of manhood leicht/schwer	9
2.2.2 Stones of manhood auf Zeit	9
2.2.3 Fassrollen	9
2.2.4 Fassrennen	9
2.2.5 Timberwalk	9
2.2.6 Baumstamm ziehen	10
2.2.7 Farmerswalk	10
2.2.8 Baumstammslalom	10
2.2.9 Schatztruhenrennen	10
2.2.10 Transport: 3 Mann tragen den 4.	10
2.2.11 Huckepacklauf	10
2.2.12 Bogenschiessen	10
2.2.13 Hufeisenwerfen	10
2.2.14 Tauziehen	10
2.2.15 Strohsackhochwurf	10
2.2.16 Axtwerfen	10
2.2.17 Steinwuchten	11
2.2.18 Hindernisparcours	11



1. HEAVY-DISZIPLINEN

1.1 GRUNDSÄTZLICHES

1.1.1 Kleiderordnung

Bei allen Wettkämpfen wird ein Kilt getragen.

1.1.2 Startreihenfolge

Die Startreihenfolge wird an jedem Game neu ausgelost.

1.1.3 Reihenfolge der Disziplinen

Die Reihenfolge der Disziplinen ist im Normalfall

1. Putting the stone
2. Weight for distance
3. Scottish hammer (optional)
4. Weight of bar und
5. Tossing the caber

Die Reihenfolge der Disziplinen kann variieren, muss aber den Sportlern mitgeteilt werden, um ausreichend Vorbereitungszeit zu gewähren.

1.1.4 Hilfsmittel

- Die Finger dürfen mit Tape versehen werden, es dürfen aber nicht mehrere Finger mit Tape zusammengebunden werden.
- Handschuhe und Magnesium sind erlaubt.
- Harz ist nur beim Scottish hammer und Tossing the caber erlaubt.
- Beim Weight of bar dürfen keine Schuhe oder Geräte verwendet werden, die dem Zweck dienen, den Athleten deutlich grösser zu machen.
- Alle weiteren Hilfsmittel sind untersagt.

1.1.5 Bruchschaden

Wenn ein Gerät während des Wettkampfes zerstört wird und nicht kurzfristig repariert werden kann, wird der aktuelle Durchgang mit dem neuem Gerät neu gestartet. In Ausnahmefällen kann der Wertungsrichter entscheiden, dass die alte Runde mit dem neuen Gerät beendet wird.

1.2 DISZIPLINEN

1.2.1 Allgemeines zu Weight for distance (Gewichtweitwurf), Putting the stone (Steinstossen) und Scottish hammer (Hammerwurf)

a) Anzahl der Versuche

In diesen Disziplinen hat jeder Teilnehmer jeweils maximal drei Versuche. Der beste Versuch wird gewertet.

b) Abwurf, Abwurfbereich und Wurfbereich

Abwurfbereich

Weight for distance und Putting the stone erfolgen aus einem rechteckigen Abwurfbereich heraus. Die rückwärtige Linie und die Seitenlinien werden aufgezeichnet.

Gewichtweitwurf:	Breite 1,40 m,	Länge 2,70 m
Steinstossen:	Breite 1,40 m,	Länge 2,10 m



Beim Scottish hammer gibt es lediglich einen vorderen Begrenzungsbalken. Der Balken muss fest im Boden verankert werden, damit er nicht verschoben werden kann.

Die Maximalgrösse des Abwurf balkens beträgt 140 cm x 15 cm

c) Ausführung des Wurfes/Stosses:

Vorder-und Rücklinie des Abwurf bereichs dürfen zu keinem Zeitpunkt des Versuches übertreten werden. Während des gesamten Versuchs muss immer mindestens ein Fuss innerhalb des Abwurf bereichs bleiben. Zu Beginn und zum Ende eines Wurfs darf sich ein Fuss ausserhalb der Seitenlinie befinden. Die Würfe müssen kontrolliert beendet werden. Stürzt ein Teilnehmer, berührt er mit der Hand den Boden, stolpert er aus dem Abwurf bereich etc. gilt der Versuch als ungültig. Ein Versuch kann unterbrochen und neu gestartet werden, solange er kontrolliert abgebrochen wird und noch keine Regelverletzung stattgefunden hat. Mit Erlaubnis des Wertungsrichters darf hierzu auch kurzfristig der Wurf bereich verlassen werden. Nach Beendigung eines Versuches darf der Abwurf bereich nicht nach vorne über den Begrenzungsbalken hinaus verlassen werden.

d) Wurf bereich

Für alle Disziplinen, besonders für den Scottish hammer und Weight for distance, muss ein den Sicherheitsaspekten entsprechender Platz vorhanden sein. Der Wurf bereich sollte flach und ohne Hügel oder Einbuchtungen sein. Aus Sicherheitsgründen sollte man begrenzende Sektoren markieren. Die Grenzlinien unterliegen keinem festen Schema wie z. B. in der Leichtathletik, sondern lediglich Sicherheitsaspekten. Die Grenzlinien müssen deutlich sichtbar sein.

1.2.2 Beschaffenheit der Gewichte und Ausführung der Würfe/Stösse

a) Weight for distance (Gewichtweitwurf)

Ein Gewicht, das durch eine Kette, ein Seil, etc. mit einem Handgriff verbunden ist. Griff form und Dicke des Handgriffs sind beliebig, ebenso Form und Material des Gewichtes. Das Gerät darf maximal 45,7 cm lang sein.

Das Gewicht muss mit einer Hand geworfen werden. Jede mögliche Technik, eine Drehung, zwei Drehungen etc. ist erlaubt.

b) Weight over the bar (Gewichthochwurf)

Material und Form des Gewichtes und des Griffs sind beliebig. Insgesamt darf das Gewicht nicht länger als 45 cm sein. Normalerweise sollte das Gewicht aber kürzer sein, damit es beim Anschwingen nicht den Boden berührt.

Das Gewicht wird mit einer Hand geworfen.

Jeder Teilnehmer hat maximal drei Versuche pro Höhe. Wer auf einer Höhe drei Fehlversuche hat, scheidet aus. Die Teilnehmer können selber entscheiden, bei welcher Höhe sie einsteigen. Im Wettkampferlauf können Höhen ausgelassen werden.

Wer bereits einen missglückten Versuch auf einer Höhe hat, kann diese NICHT mehr auslassen.

Wettkampfteilnehmer und Wertungsrichter einigen sich auf eine Einstiegshöhe, hierbei hat der Wertungsrichter die entscheidende Stimme.



Die Steigerung der Höhe erfolgt in der Regel in max. 20 cm-Schritten. Im Wettkampfverlauf und bei bereits reduziertem Teilnehmerfeld kann die Höhensteigerung auf Wunsch der Aktiven und mit Zustimmung des Wertungsrichters variieren.

Die Breite der Anlage kann ab 2,60m bis zu 3,10m sein. Die Begrenzungsstange darf bis zu 3,30 m lang sein.

Liegt die Begrenzungsstange lose auf, gilt ein Versuch als ungültig, wenn sie durch Berührung des Gewichtes herunter fällt.

Erreichen zwei Teilnehmer die gleiche Höhe, ist derjenige besser platziert, der weniger Versuche hierfür benötigt hat. Herrscht auch hier Gleichstand, wird die nächst kleinere Höhe herangezogen. Dies geschieht so lange, bis eine Entscheidung getroffen werden kann. Sind alle Versuche identisch, werden die Punkte geteilt, ausgelassene Höhen werden hierbei nicht berücksichtigt.

c) Scottish hammer (Hammerwurf)

Eine Metallkugel an einem stabilen Stab, bevorzugt aus Rattanholz. Maximale Länge 1,27 m.

Der Hammerwurf erfolgt mit dem Rücken zur Wurfrichtung. Es wird aus dem Stand geworfen, die Füße dürfen sich aber bewegen. Eine Drehung des Körpers wie beim olympischen Hammerwurf ist nicht erlaubt. Ein Überschreiten des Begrenzungsbalkens gilt auch hier als nicht gültiger Versuch.

Berührt bei einem abgebrochenen Versuch, der Hammer den Boden hinter der Absperrung, gilt der Versuch als ungültig.

d) Putting the stone (Steinstossen)

Die Form der Steine unterliegt keiner Norm. Lediglich bei offiziellen Rekorden darf das Gewicht des Steins nicht unterhalb der angegebenen Werte liegen.

Das normale Steinstossen erfolgt nach den gleichen Regeln wie das Kugelstossen. Jede einarmige Stosstechnik, Angleit, Drehstoss etc. ist erlaubt. Der Stein darf nicht geworfen werden, d.h. bis zur Abgabe des Steines muss er am Hals anliegen.

Der Braemar stone erfolgt aus dem Stand. Während des Stosses muss mindestens ein Fuss auf dem Boden bleiben.

e) Tossing the caber (Baumstammüberschlag)

Es muss ein Holzstamm verwendet werden.

Länge und Gewicht	A-Heavy/Masters:	mind. 5m
Länge und Gewicht	B-Heavy:	max. 5,5m
Länge und Gewicht	Frauen:	max. 4,5m

Jeder Teilnehmer hat drei Versuche. Der Teilnehmer bekommt den Baumstamm mit dem markierten Ende nach oben aufgestellt.

Sobald er den Baumstamm anhebt, gilt der Versuch als begonnen. Lässt der Teilnehmer den Stamm wieder los, und das Ende des Stammes berührt den Boden, gilt dies als Fehlversuch.



Der Baumstamm wird angehoben und nach einem Anlauf so geworfen, dass er möglichst auf einer gedachten 12:00 Uhr-Linie liegen bleibt. Die Anlaufstrecke kann durch den Wertungsrichter begrenzt werden, wenn die Sicherheit des Publikums oder der Teilnehmer gefährdet ist.

Die Wertung erfolgt nach dem Schema eines Uhrzeigers (siehe Bild 1).

Hierbei kann die Bezeichnung: 9 Uhr, 10 Uhr, etc. oder auch 5 vor 12, 10 vor 12 etc. angewendet werden.

Wenn der Athlet den Baumstamm geworfen hat, muss er solange stehen bleiben, bis der Wertungsrichter die genaue Position des Stammes bestimmt hat. Landet der Baum nicht direkt vor, sondern links oder rechts vom Aktiven, zählt die Position, die das dünne Ende des Stammes zum Aktiven einnimmt (siehe Bild 2).

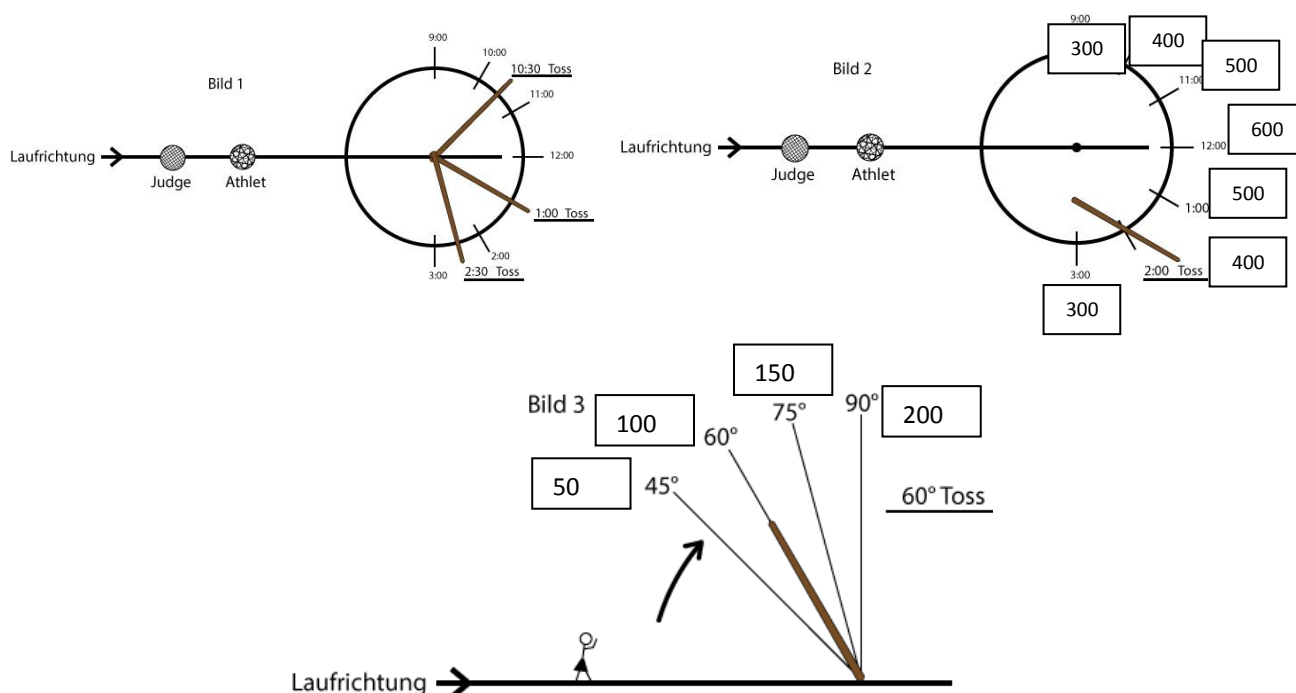
Beim Tossing the caber sind mindestens 3 Wertungsrichter notwendig.

Ein Wertungsrichter folgt dem Athleten bei seinem Versuch und ermittelt bei einem Überschlag die genaue Position. Gewertet wird die Position auf der der Baumstamm landet. Springt oder rollt der Baumstamm danach zur Seite weg, ist das nicht von Bedeutung.

Ein zweiter Wertungsrichter ermittelt den Anstellwinkel, wenn ein Baumstamm sich nicht überschlägt (siehe Bild 3). Je grösser der Winkel, desto besser der Wurf. Der Seitenrichter entscheidet auch, ob ein Stamm sich wirklich überschlagen hat, oder ob er nur zur Seite wegkippt ist.

A-Heavy: Tossing the caber wird in zwei Runden ausgetragen.

Hierbei kann die erste Runde mit einem Qualifikationsstamm ausgetragen werden. Alle, denen ein Überschlag, egal auf welcher Position, gelingt, tragen danach eine Endausscheidung mit einem schwierigeren Baumstamm aus. Die Aktiven ohne Überschlag in Runde 1 scheiden aus.





- 1.2.3 Gewichte und Qualifikationsnormen
 Siehe hierzu „Qualifikation A- und B-Heavy“ mit den dazugehörigen Gewichten.
 Die Gewichtsvorgaben sind Mindestangaben und dürfen allenfalls leicht überschritten werden.

1.3 QUALIFIKATION A- UND B-HEAVY

1.3.1 Qualifikationsmodus **A-Heavy**

Die Kategorie A-Heavy ist das Aushängeschild des HgAoS. Die dort startenden Aktiven repräsentieren die Highlandgames auf höchstem Niveau. Der Zuschauer erwartet hier Leistungen, die im Schnitt deutlich über das Niveau der Mannschaftswettbewerbe und der B-Heavys hinausgehen. Die Highlandgames verstehen sich darüber hinaus als Mehrkampfmeisterschaft. Es sollte vermieden werden, dass Aktive, die lediglich in einer von vier (4) Disziplinen Spitzenwerte erzielen, das Wettkampfgeschehen bestimmen. Damit dies gewährleistet wird, werden Qualifikationswerte eingeführt.

Im Falle einer Verletzung des A-Athleten entscheidet der Verband über eine wertungsfreie Teilnahme in der Kategorie B-Heavy.

1.3.2 Qualifikationsmodus **B-Heavy**

Die B-Heavys sind einerseits die Aufbaustufe zu den A-Heavys, andererseits stellt der B-Heavy-Wettkampf aber auch einen vollwertigen Sportwettkampf für alle dar, die nicht die technische und körperliche Verfassung für die A-Heavys mitbringen.

Die Wettkämpfe unterliegen demnach dem gleichen Regelwerk wie die der A-Heavys (ohne Qualifikationsstamm bei Tossing the caber).

Der Verband entscheidet am Ende einer Saison nach Berücksichtigung der erzielten Qualifikationswerte über die Klasseneinteilung für die nachfolgende Saison.

- 1.3.3 Als Altersgrenze zur Kategorie Masters gilt 1. Januar des Kalenderjahres des Erreichen des 40 Lebensjahres.

1.3.4 Tabelle der Gewichte und Qualifikationsnormen

A-Heavy		Gewicht Kg	Gewicht Kg optional
	Weight for distance	25.4	12.5
	Weight over the bar	25.4	
	Scottish hammer	10	7.5
	Putting the stone	7-8	
	Breamar stone	11-13	

Masters		Gewicht Kg	Gewicht Kg optional
	Weight for distance	20.4	12.5
	Weight over the bar	20.4	
	Scottish hammer	10	7.5
	Putting the stone	7-8	
	Breamar stone	11-13	



B-Heavy		Gewicht Kg	Quali-Norm
	Weight for distance	12.7	12 m
	Weight over the bar	20.4	4 m
	Scottish hammer	7.25	22 m
	Putting the stone	7-8	10 m
	Breamar stone	11-13	

Frauen		Gewicht Kg
	Weight for distance	6.35
	Weight over the bar	12.7
	Scottish hammer	5.4
	Putting the stone	4-5
	Breamar stone	7-8

1.4 WERTUNG/WERTUNGSRICHTER

1.4.1 Allgemeines

Weiten und Höhen werden immer auf ganze Zentimeter abgerundet.

Jeder Wurf sollte gemessen werden. Sind zwei Sportler gleich, wird der nächstbeste Versuch zur Entscheidungsfindung herangezogen.

Ein Athlet muss an allen Disziplinen teilgenommen haben, um in die Wertung einzugehen. Lässt ein Athlet eine Disziplin aus, ohne einen Versuch unternommen zu haben, wird er komplett aus der gesamten Wertung genommen.

Vor jedem Wettkampf wird vom Hauptwertungsrichter Sportgerät und Anlage überprüft. Sicherheit ist oberstes Gebot. Der Wettkampf kann aus Sicherheitsgründen jederzeit unterbrochen werden.

Fehlversuche sollten nur ausgesprochen werden, wenn sich der Wertungsrichter absolut sicher ist. Im Zweifelsfalle soll immer zu Gunsten des Sportlers entschieden werden.

1.4.2 Verwarnung und Disqualifikation

Folgende Vergehen werden mit gelber Karte (Verwarnung) oder mit der roten Karte (Ausschluss aus dem Game) geahndet:

- unsportliches Verhalten (Beschimpfungen, Drohungen, physische und psychische Gewalt, rassistische Äußerungen, etc.)
- Wenn Gefahr für die Gesundheit eines Aktiven oder des Publikums besteht.
- Die Nichtbeachtung des vom Wertungsrichters genannten Zeitlimits innerhalb dessen ein Versuch beendet sein muss

Der Chief-Judge erteilt die Karten nach Rücksprache mit dem Schiedsrichter.

Kartenregelung:

Gelbe Karte bleibt über Saison bestehen, d.h. 2 gelbe Karten = Spielsperre für nächstes Game. Bei zweiter gelben Karte im gleichen Game erfolgt die rote Karte = Ausschluss.

Über Sanktionen, Spielsperren oder Lizenzentzug entscheidet der Verband.



1.4.3 Methoden der Punktwertung

HgAoS wertet mit dem Einpunktsystem. Die Punkte werden analog der Teilnehmerzahl verteilt. Bei 10 Teilnehmern werden somit dem Sieger 1 Punkt und dem Letzten 10 Punkte vergeben.

Wenn in der Addition aller Wettbewerbe zwei Teilnehmer punktgleich sind, gewinnt derjenige mit den meisten gewonnenen Einzeldisziplinen. Herrscht auch hier Gleichstand, wird nicht weitergerechnet, sondern die Plätze werden geteilt.

1.4.4 Rekorde

Wird ein Rekord erzielt, wird das Gerät nachgemessen und gewogen.

Sind die Werte regelkonform und erfolgt eine Bestätigung durch einen entsprechend befugten Offiziellen, wird der Wert in die offiziellen Rekordlisten übertragen.

Sollte ein offizieller Rekord geworfen werden, wird das Sportgerät und die erzielte Weite bzw. Höhe noch einmal genau nachgemessen.

Der Gewinner einer Disziplin an der Schweizermeisterschaft hat drei Extraversuche auf den Landesrekord an der Schweizermeisterschaft.

2. **MANNSCHAFTEN**

2.1 ALLGEMEINES

2.1.1 Zusammensetzung der Mannschaften

Teilnahmeberechtigt sind alle ausschreibungsgemäss angemeldeten Sportler.

Eine Mannschaft setzt sich aus vier Aktiven zusammen. Sollten am Tage des Wettkampfes Teilnehmer fehlen, können Teams in Absprache mit dem Veranstalter aufgefüllt werden.

Wenn die Zusammensetzung für eine Teamdisziplin, z. B. dem Baustammslalom, benannt ist, darf beim zweiten oder dritten Versuch nur im Verletzungsfall und nach Rücksprache mit dem Oberwertungsrichter eine Person eingewechselt werden.

2.1.2 Auswahl der Disziplinen

Es werden keine Standarddisziplinen A-/B-Heavy bei den Mannschaftswettkämpfen verwendet. Durch eine Kombination von Ausdauer-, Geschicklichkeits- und Kraftdisziplinen sollten auch Durchschnittssportler eine Chance auf gute Platzierungen haben.

Eierwerfen, Biertrinken etc. widersprechen dem Selbstverständnis einer Sportveranstaltung nach HgAoS-Richtlinien.

Möglichst viele der klassischen Disziplinen sollten sich, je nach Platzverhältnis auch in abgewandelter Form, in der Auswahlpalette wiederfinden.

Bei der weiteren Auswahl der Disziplinen kann dem Veranstalter unter dem Aspekt einer Sportveranstaltung weitestgehend freie Hand gelassen werden.

Im Zweifelsfalle sollte eine Rückfrage beim HgAoS erfolgen. Der HgAoS Auswahlkatalog dient als Leitfaden für Mannschaftswettbewerbe.



- 2.1.3 Punkteverteilung
Für alle Disziplinen haben die Sportler eine zuvor vom Veranstalter festgelegte Anzahl von Versuchen. Der jeweils Beste wird gewertet. (Analog zu Punkt 1.4.4)
- 2.2 AUSWAHLKATALOG DER MANNSCHAFTSDISZIPLINEN
- 2.2.1 Stones of manhood leicht/schwer
Unterschiedlich schwere Steine ergeben unterschiedliche Punktzahlen. Die Steine müssen auf ein Podest gehoben werden.
- 2.2.2 Stones of manhood auf Zeit
Ein mittelschwerer Stein, eine kurze Anlaufbahn: Ein Aktiver beginnt, legt den Stein auf, bringt ihn zurück, dann startet der Nächste. Wenn der 5. Teilnehmer den Stein auf das Podest legt, wird die Zeit gestoppt.
- 2.2.3 Fassrollen
Ein schweres (z. B. mit Sand gefülltes) Fass wird von je zwei Wettstreitern eine bestimmte Strecke gerollt, z. B. in einem vorgegebenen Kreis. Ist die Ziellinie überschritten, kommen die nächsten zwei dran. Die Zeit wird gestoppt, wenn nach einer vorgegebenen Anzahl von Runden das Fass die Ziellinie übertritt.
- 2.2.4 Fassrennen
Ein Fass wird in einer Art Staffellauf von zwei Teams, möglichst direkt gegeneinander über eine festgelegte Strecke getragen. Die Zeit wird gestoppt, wenn der letzte Läufer ins Ziel kommt.
- 2.2.5 Timberwalk
Mit einem an einem Handgriff befestigten langen Stamm in jeder Hand läuft der Sportler 60 Sekunden Runden um zwei Markierungen. Jede Runde ergibt einen Punkt.
- 2.2.6 Baumstamm ziehen.
Ein schwerer, an einem Seil befestigter Baum wird von den Sportlern in einem Staffellauf gezogen.
- 2.2.7 Farmerswalk
In jeder Hand trägt der Sportler einen schweren Koffer oder Ähnliches und läuft damit Runden um zwei Markierungen.
Jede Runde ergibt einen Punkt. Sobald ein Koffer fallen gelassen wird, ist der Versuch beendet. Hier kann auf maximal 10 Runden limitiert werden.
- 2.2.8 Baumstammslalom
Vier Starter tragen einen Baumstamm durch einen eng gesteckten Slalom. Die Zeit wird gestoppt, wenn der Baum die Ziellinie ganz überschritten hat. Verliert ein Aktiver länger als 2 Sekunden den Kontakt zum Stamm, ist der Versuch ungültig.
- 2.2.9 Schatztruhenrennen
Zwei Personen tragen eine Trage mit einer Kiste über eine gewisse Strecke, dort warten die nächsten zwei und tragen die Kiste zurück. In der Kiste ist ein Sack, der dann vom letzten Läufer wieder zurück getragen wird. Überschreitet der die Ziellinie, wird die Zeit gestoppt.



2.2.10 Transport: 3 Mann tragen den 4.

Über eine gewisse Strecke wird ein Teammitglied von den anderen 3 gemeinsam getragen. Bei Zieleinlauf wird die Zeit gestoppt. Hierbei ist darauf zu achten, dass die Sicherheit des getragenen Sportlers beachtet wird. Konstruktion, Streckenverlauf und eventuelle Schutzkleidung müssen bedacht werden.

2.2.11 Huckepacklauf

Ein Sportler trägt den Anderen über eine gewisse Strecke, dann ist die nächste Paarung dran. Dies kann fortgesetzt werden, bis nach einer gewissen Anzahl an Kombinationen (z. B. jeder jeden einmal getragen hat) die Zeit gestoppt wird.

2.2.12 Bogenschiessen

Mit einem einfachen Bogen auf eine Zielscheibe. Sicherheitsaspekte hier sehr wichtig.

2.2.13 Hufeisenwerfen

Um einen Stab wird ein Zielkreis gezogen. Aus einer bestimmten Entfernung heraus wird 3 x mit drei Hufeisen geworfen. Landet ein Hufeisen im Zielkreis, gibt es 5 Punkte. Berührt es dabei den Stab bzw. liegt darum, gibt es 10 Punkte. Nur der beste Wurf wird gezählt, also auch hier maximal 10 Punkte pro Starter möglich.

2.2.14 Tauziehen

Die genauen Bedingungen z. B. Vorgabe des Schuhwerks etc. können variieren.

2.2.15 Strohsackhochwurf

Mit einer Forke wird ein Strohsack über ein Gestell geworfen. Punkteverteilung wie beim Hochwurf.

2.2.16 Axtwerfen

Ziel dieser Disziplin eine genormte Wurf Axt möglichst präzise in das Zentrum einer Zielscheibe zu werfen. Durchmesser Zielscheibe 1,0 m (Ringdimensionen von innen nach aussen: 20 cm / 10 cm / 10 cm / 10 cm).

Die Zielscheibe besteht aus 4 Ringen (von innen nach aussen) 1. Ring = 150 Punkte, 2. Ring = 100 Punkte, 3. Ring = 50 Punkte, 4. Ring = 10 Punkte

Die Axt muss in der Zielscheibe stecken. Im Zweifelsfall wenn die Axt sich frühzeitig löst und herunterfällt entscheidet der Schiedsrichter über die Wertung.

Die Wurf-Zone wird durch eine Grundlinie (Abwurf balken) abgegrenzt und ist 6,1m von der Zielscheibe entfernt. Der Teilnehmer darf die Grundlinie nicht übertreten, sonst wird der Wurf für ungültig erklärt.

Die Axt wird traditionell beidhändig und über dem Kopf geworfen.

Jeder Teilnehmer hat 5 Würfe wovon die 3 besten gewertet werden

Gewertet wird der innerste Teil des Axtblattes welcher die Zielscheibe ganz klar „verletzt“.

Im Zweifelsfalle gilt der Schiedsrichterentscheid

2.2.17 Steinwuchten

Ziel dieser Disziplin ist es, den Stein so schnell als möglich vertikal bis auf ca. 5 Meter Höhe zu wuchten. Das Startgewicht des Steines beträgt 60kg, je höher der Steine gewuchtet wird, desto schwerer wird der Stein (progressive Zunahme). Maximales Gewicht des Steines: 120 kg.

Punktzahl = Höhe in cm minus die benötigte Zeit in Sekunden.



2.2.18 Hindernisparcours

Das angehängte Gewicht darf nicht ausgezogen werden

Es müssen alle Hindernisse absolviert werden. Bei Auslassen eines Hindernisses wird eine massive zeitstrafe dazugezählt.

Wertung: schnellste Zeit in Sekunden = höchste Punktzahl

Bsp.: 1. Platz = 160 Punkte, 2. Platz = 159 Punkte, ...,