

## Leistungsspange – Schnelligkeitsübung

<b>Zeit</b>	Max. 75 sek. = 1 min. 25 sek.
<b>Ziel</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vorschriftsmäßiges Auslegen und Kuppeln einer Schlauchleitung</li><li>• Wasserförderung über eine lange Wegstrecke</li></ul>
<b>Durchführung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Die Gruppe stellt sich an der Startlinie hinter den Schläuchen auf. Rechts oder links von der Festkupplung.</li><li>• Die einzelnen Gruppenmitglieder laufen an die richtige Position.</li><li>• Schlauch wird ausgerollt und erst mit dem Vorgänger gekuppelt und dann mitgenommen und mit dem Nachfolger gekuppelt</li><li>• Dann wird bis zum Ende der Schlauchleitung gerannt und sich wieder in richtiger Reihenfolge aufgestellt</li><li>•</li></ul>
<b>Wertung/Wichtige Details</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zeitüberschreitung vermeiden</li><li>• Offene Kupplungspaare vermeiden</li><li>• Verdrehung innerhalb eines Schlauches vermeiden</li><li>• Gruppenmitglieder müssen immer mit dem Vorgänger bzw. Nachfolger die Schläuche zusammenkuppeln</li><li>• Ordentliches Auftreten</li></ul>
<b>Material</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nummernschilder für Gruppenmitglieder (1 – 8, Gruppenführer kein Brusttuch nur taktisches Kennzeichen „GF“)</li><li>• 8 doppelgerollte C-Druckschläuche (am besten alte, die lassen sich besser ausrollen und wieder aufrollen)</li><li>• Evtl. Zahlenschilder zur Orientierung der Jugendlichen (Abstand zwischen den Schlauchlängen; können nachher besser abschätzen wie weit sie laufen müssen)</li><li>• Passende Örtlichkeiten mit viel Platz und Strecke</li></ul>
<b>Tipps und Tricks</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jugendliche zur Zusammenarbeit motivieren und eine gewisse Sensibilität für die Stärken und Schwächen der Gruppe soll entwickelt werden. So kann das bestmögliche Ergebnis erzielt werden (Förderung der Eigenreflexion und Gruppenreflexion)</li><li>• Gruppenführer kann die Gruppe motivieren und da helfen, wo Hilfe benötigt wird. (z.B. Abgehen der Schlauchleitung damit Verdrehungen vermieden werden, Ausbesserungen)</li><li>•</li></ul>