

Ernst-Stahlhut-Werfervierkampf - Wettbewerbsbeschreibung

Disziplin 1: Steinstoßen

Das Wurfgerät wird mit Anlauf gestoßen, der Athlet hat jeweils **2 Versuche mit dem rechten und dem linken Arm**. Der Stoß hat hinter der Markierung (Abstoßlinie) zu erfolgen, diese darf auch nach dem Abstoß nicht übertreten werden, sonst ist der Versuch ungültig zu werten.

Wurfgerät: Der Stein für die Männer bis 50 Jahre ist 15 kg schwer. Frauen und Männer ab 50 Jahre werfen mit dem 10 kg Stein.

Bewertung: Die jeweils besten Ergebnisse mit jedem Arm werden addiert und gehen in die Wertung. Zwischen 0 und 25 Punkte werden vergeben (Siehe Tabelle).

Disziplin 2: Baumstammwerfen

Der Baumstamm wird aus dem **Stand** (Füße stehen parallel) beidhändig von unten geworfen. Er hat mit dem beim Abwurf noch oben zeigenden Ende zuerst aufzukommen und muss überkippen (zumindest nach vorn kippen, zumindest im rechten Winkel), ansonsten ist der Versuch ebenso ungültig wie bei einem Übertreten der Abwurfmarkierung.

3 Wurfversuche.

Wurfgerät: Die Männer werfen mit den schweren und größeren Baumstamm und die Frauen verwenden den etwas leichteren und kleineren Baumstamm.

Bewertung: Der weiteste und natürlich auch gültige Wurf geht in die Wertung. Zwischen 0 und 25 Punkte werden vergeben (Siehe Tabelle).

Disziplin 3: Ger-Zielwerfen

Der Ger (Speer) muss aus dem Anlauf oder Stand einarmig geworfen werden, bei einem Übertreten der Abwurfmarkierung ist der Wurf ungültig. Ziel ist es, den kleinsten Kreis (1m Radius) in **20 m Entfernung** (Männer bis 50 Jahre) bzw. **15 m Entfernung** (Frauen und Männer ab 50 Jahre) zu treffen (volle Punktzahl). Es gibt drei weitere Kreise (3m, 5m und 7m Radius – Je treffgenauer man wirft, umso mehr Punkte gibt es). Der Wurf muss um gültig zu sein, mit der Gerspitze eine sichtbare Spur im Rasen oder Untergrund hinterlassen.

Jeder Teilnehmer hat **drei Würfe**. Einzige Ausnahme*: **Ein** ungültiger Wurf (übergetreten, Ger landet außerhalb der vier Kreise, Ger hinterlässt keine Spur) darf wiederholt werden.

Wurfgerät: Frauen und Männer ab 50 Jahre werfen mit dem 600g Speer und die jüngeren Männer mit dem 800g Speer.

Bewertung:

- Der Ger landet im kleinsten Kreis (1m Radius): 10 Punkte
- Der Ger landet im Kreis (3m Radius): 7 Punkte
- Der Ger landet im Kreis (5m Radius): 5 Punkte
- Der Ger landet im Kreis (7m Radius): 3 Punkte
- Der Wurf ist ungültig*: 0 Punkte

Die Punktwerte der drei Würfe werden zusammengezählt. Maximal 30 Punkte sind zu erreichen.

Disziplin 4: Hufeisenwerfen

Die Männer werfen mit einem Hufeisen aus einer Entfernung von 7m (Frauen aus einer Entfernung von 6m). Ziel ist eine in den Boden gesteckte Stange, um die herum 2 Kreise mit einem Radius von 1,00 m und 2,00 m gezogen sind.

Bewertung: Jeder Athlet hat 6 Würfe, die drei besten werden gewertet und addiert.

Die Punktvergabe ist dabei folgendermaßen:

- Das Hufeisen liegt um die Stange herum: 10 Punkte
- Das Hufeisen liegt an der Stange an: 7 Punkte
- Das Hufeisen liegt im engeren Kreis: 5 Punkte
- Das Hufeisen liegt im äußeren Kreis: 3 Punkte
- Das Hufeisen liegt außerhalb der Kreise: 0 Punkte

Maximal 30 Punkte sind zu erreichen.

Gesamtergebnis:

Die Punkte der vier Disziplinen addieren. Eine Gesamtpunktzahl von 110 ist möglich.

Ernst Stahlhut: Gründer des Jahn-Bergturnfestes im Jahr 1935 und Organisator des Turnfestes bis 1965.

Ernst-Stahlhut-Werfervierkampf - Wettbewerbskarte

Name	Vorname	Verein
Geburtsjahr	Altersklasse	

Steinstoßen

Wurfversuche	Ergebnis	Bestwerte li/re
Wurf 1 rechts		▽
Wurf 2 rechts		
Wurf 1 links		▽
Wurf 2 links		

Gesamt		Punkte	
--------	--	--------	--

max. 25 Punkte

Baumstammwerfen

Wurfversuche	Ergebnis	Bestwert
Wurf 1		▽
Wurf 2		▽
Wurf 3		

Punkte	
--------	--

max. 25 Punkte

Ger-Zielwerfen

Wurfversuche	Ergebnis
Wurf 1	
Wurf 2	
Wurf 3	

Gesamt		Punkte	
--------	--	--------	--

max. 30 Punkte

Hufeisen-Zielwerfen

Wurfversuche	Ergebnis	3 Bestwerte
Wurf 1		▽
Wurf 2		▽
Wurf 3		▽
Wurf 4		
Wurf 5		
Wurf 6		

Gesamt		Punkte	
--------	--	--------	--

max. 30 Punkte

Gesamtergebnis/ Punkte		Platz	
---------------------------	--	-------	--

Punkttabellen

Steinstoßen Männer (Ergebnis in m)

25	14m	24	13,67	23	13,33	22	13	21	12,67
20	12,33	19	12	18	11,67	17	11,33	16	11
15	10,67	14	10,33	13	10	12	9,67	11	9,33
10	9	9	8,67	8	8,33	7	8	6	7,67
5	7,33	4	7	3	6,67	2	6,33	1	6m

Steinstoßen Frauen (Ergebnis in m)

25	12m	24	11,67	23	11,33	22	11	21	10,67
20	10,33	19	10	18	9,67	17	9,33	16	9
15	8,67	14	8,33	13	8	12	7,67	11	7,33
10	7	9	6,67	8	6,33	7	6	6	5,67
5	5,33	4	5	3	4,67	2	4,33	1	4m

Baumstammwerfen Männer (Ergebnis in m)

25	8,20m	24	8	23	7,80	22	7,60	21	7,40
20	7,20	19	7	18	6,80	17	6,60	16	6,40
15	6,20	14	6	13	5,80	12	5,60	11	5,40
10	5,20	9	5	8	4,80	7	4,60	6	4,40
5	4,20	4	4	3	3,80	2	3,60	1	3,40m

Baumstammwerfen Frauen (Ergebnis in m)

25	6,80m	24	6,60	23	6,40	22	6,20	21	6
20	5,80	19	5,60	18	5,40	17	5,20	16	5
15	4,80	14	4,60	13	4,40	12	4,20	11	4
10	3,80	9	3,60	8	3,40	7	3,20	6	3
5	2,80	4	2,60	3	2,40	2	2,20	1	2

Ger-Zielwerfen

Bewertung:

- Der Ger landet im kleinsten Kreis (1m Radius): 10 Punkte
- Der Ger landet im Kreis (3m Radius): 7 Punkte
- Der Ger landet im Kreis (5m Radius): 5 Punkte
- Der Ger landet im Kreis (7m Radius): 3 Punkte
- Der Wurf ist ungültig: 0 Punkte

Die Punktwerte der drei Würfe werden zusammengezählt. Maximal **30** Punkte sind zu erreichen.

Hufeisenwerfen

Bewertung:

Jeder Athlet hat 6 Würfe, die drei besten werden gewertet und addiert.

Die Punktvergabe ist dabei folgendermaßen:

- Das Hufeisen liegt um die Stange herum: 10 Punkte
- Das Hufeisen liegt an der Stange an: 7 Punkte
- Das Hufeisen liegt im engeren Kreis: 5 Punkte
- Das Hufeisen liegt im äußeren Kreis: 3 Punkte
- Das Hufeisen liegt außerhalb der Kreise: 0 Punkte

Maximal **30** Punkte sind zu erreichen.