

## **Scoop-Ball :**

In dieser Disziplin stehen sich jeweils zwei Team-Mitglieder in einem Abstand von mindestens 10 Metern gegenüber und spielen sich mit zwei Scoop-Schlägern einen Plastikball zu.

Spieler 1 und 3 stehen auf der einen Seite genauso hinter Markierungsstangen, wie die ihnen gegenüberstehenden Spieler 2 und 4. Der Ball wird von Spieler 1 zu Spieler 2 geschleudert, danach spielt der Spieler 2 zu 3, 3 zu 4, Spieler 4 spielt wieder zu Spieler 1, usw. Hierbei gibt es auf beiden Seiten nur jeweils ein Scoop-Schläger, der zwischen den beiden Akteuren nach jedem Ballwurf übergeben werden muss.

Gewertet werden die Würfe, bei dem der Ball nur mit dem Scoop-Schläger auf der gegenüberliegenden Seite gefangen wird. Der Scoop-Ball darf vor dem Fangen nicht den Boden berühren und ebenso wenig beim Fangversuch zwischen Körper und Schläger eingeklemmt werden.

Es werden in einem Zeitraum von 3 Minuten alle gültigen Versuche der Mannschaft gezählt.

## **Basketball :**

Alle 4 Teilnehmer werfen je 6 Bälle in folgender Reihenfolge auf den Korb:

3 Würfe Teilnehmer 1, 3 Würfe Teilnehmer 2, 3 Würfe Teilnehmer 3,  
3 Würfe Teilnehmer 4, 3 Würfe Teilnehmer 1, usw.

Die Gesamtzahl aller erzielten Körbe wird gewertet.

Jeder Spieler hat auf Wunsch vor dem ersten Wertungswurf einen Probeversuch.

Da mehrere Teams eine gleiche Trefferausbeute haben werden, wird als weiteres Auswertekriterium die Zeit aller Würfe herangezogen.

Zum Werfen steht man hinter einem Aerobic-Stepboard. Teilnehmer unter 1,60 Meter Körpergröße dürfen auf das Stepboard steigen.

## **Fußball-Golf :**

Beim Fußball-Golf wird nacheinander von jedem Spieler einer Mannschaft ein abgesteckter Parcours mit einem Fußball bespielt. Wie beim richtigen Golf hat man die Aufgabe, mit möglichst wenigen Versuchen das 60 cm breite Loch bei der Fahne zu erreichen.

Auf der ca. 100 Meter langen Bahn müssen zwei Stangen-Tore mit dem Fußball vorwärts durchspielt werden. Hierzu erfolgt der „Abschlag“ (Startschuss) von einem Markierungshütchen. Im Anschluss wird das näher an der Fahne stehende linke Tor zuerst durchquert. Um danach das weiter von der Fahne entfernte Tor ebenfalls vorwärts zu durchspielen, muss der Ball gezwungenermaßen wieder einige Meter in Richtung Startmarkierung geschossen werden. Nach korrekter Durchquerung des zweiten Tores kann der Ball in Richtung Fahne gespielt werden. Kurz bevor die Mitspieler auf das eigentliche Loch spielen, muss der Ball noch einmal unter einer tief hängenden Deutschland-Fahne hindurchgespielt werden.

Nachdem die 4 Spieler des Teams den Parcours absolviert haben werden alle Schüsse der Mannschaft zu einem Gesamtergebnis addiert.

## **Montagsmaler & Dienstagsknetter :**

Bei dem Spiel "Montagsmaler & Dienstagsknetter" müssen 2 Teilnehmer des Teams nacheinander einen Begriff oder ein Sprichwort malen, den die verbleibenden 3 Personen aus der Gruppe möglichst schnell erraten müssen. Die anderen beiden Team-Mitglieder müssen nach dem gleichen Prinzip die Begriffe mit Knete formen. Welche beiden Akteure aus der Gruppe malen und welche beiden Team-Mitglieder die Begriffe mit Knete modellieren, kann das Team vorher selbst bestimmen. Zum Malen steht eine Tafel mit Kreide bereit und zum Kneten steht ein Tisch mit Stuhl zur Verfügung.

Zur Auswertung wird jeweils die Zeit gestoppt, bis der gesuchte Begriff bzw. das gesuchte Sprichwort erraten wurde. Die Zeiten für die insgesamt 4 zu erratenden Begriffe wird zu einer Gesamtzeit für die Gruppe addiert und gewertet.

Da der Spielleiter sowohl beim Malen als auch beim Kneten mehrere Spielkarten bzw. Begriffe zur Verfügung hat, kann sich die Gruppe der drei ratenden Teilnehmer jederzeit dafür entscheiden, einen neuen und eventuell leichteren Suchbegriff anzufordern.

## **Dart (Pfeile-Werfen) :**

Alle 4 Teilnehmer werfen je 6 Pfeile in folgender Reihenfolge auf die Dartscheibe:

3 Würfe Teilnehmer 1, 3 Würfe Teilnehmer 2, 3 Würfe Teilnehmer 3, 3 Würfe Teilnehmer 4, 3 Würfe Teilnehmer 1, usw.

Die Gesamtpunkte aller Würfe werden für das Team gewertet.

Jeder Spieler hat auf Wunsch vor dem ersten Wertungswurf maximal 3 Pfeilwürfe als Probeversuch.

Es werden nur die Pfeile gewertet die in der Dartscheibe hängen bleiben. Heruntergefallene Pfeile dürfen noch einmal geworfen werden (solange bis alle Pfeile auf der Dartscheibe platziert sind).

Zum Werfen steht man hinter einem Aerobic-Stepboard. Teilnehmer unter 1,60 Meter Körpergröße dürfen auf das Stepboard steigen.

## **Dalli-Klick (10 Bilder) :**

Die Disziplin Dalli-Klick findet im Kabinen-Vorraum ("Sektbar-Raum") statt.

Beim Dalli-Klick-Spiel müssen 10 verschiedene Bilder erraten werden. Jedes einzelne Foto ist zunächst komplett verdeckt. Nach und nach werden die 102 Bildelemente für die 4 Teilnehmer der Gruppe freigegeben.

Sobald ein Mitglied des Teams meint, den Inhalt des Bildes bzw. den gesuchten Begriff zu erkennen, kann das Bild in der aktuellen Darstellung angehalten werden. Sollte der gesuchte Begriff richtig erkannt worden sein, erhält die Gruppe entsprechend der sichtbar gewordenen Bildteile Punkte. Je schneller das Bild also erkannt wurde, umso weniger Punkte erhält das Team dafür, was zur Folge hat, dass das Team mit dem wenigsten Gesamtpunkten in dieser Spielrunde am Ende vorne liegt.

Die Fotos zu allen 10 gesuchten Dalli-Klick-Bildern bzw. Begriffen wurden vor einigen Tagen in Ehringshausen fotografiert. Man hat jedoch als "Nicht-Ehringshäuser" quasi keine Nachteile beim Raten, da nur Obergriffe gesucht werden.

## **Bierkisten-Steg :**

In dieser Disziplin muss das Team gemeinsam mit 5 Bierkisten einen Steg über einen "Fluss" bauen und diesen in beide Richtungen überqueren. Zwischen den beiden Grundlinien muss jede Mannschaft in einem S-förmigen Verlauf (3 "Flußsteine" / Markierungshütchen) zurücklegen, ohne dabei den Boden zu berühren.

Sollte ein Teammitglied auf dem Hinweg oder dem Rückweg den Boden berühren, muss diese Teilstrecke noch einmal vom ganzen Team neu überquert werden. Zum Start einer Teilstrecke müssen alle Teilnehmer mit den 5 Bierkisten hinter der Grundlinie beginnen. Eine Überquerung ist erst dann komplett abgeschlossen, wenn auf der gegenüberliegenden Seite auch wieder alle Personen und Kisten das "Flussufer" erreicht haben.

Gewertet wird am Ende die Zeit, die für die zweimalige Flussüberquerung benötigt wurde.

## **Trampolin-Ball :**

Bei diesem Spiel hat jeder Teilnehmer die Aufgabe einen Lederball so auf ein schräg gestelltes Trampolin zu werfen, dass der Ball durch seine Flugkurve möglichst nah an einer Stange auf dem Spielfeld platziert werden kann.

Die einzelnen Mitspieler haben nach einem Probeversuch jeweils 3 Wertungsversuche. Nach jedem Wertungsversuch wird mit einem Maßband der Abstand zur Stange gemessen.

Während ein Spieler den Ball auf das Trampolin wirft, können sich die weiteren drei Teammitglieder in der Nähe der Stange aufstellen. Nachdem der Ball vom Trampolin "katapultiert" wurde, darf der Ball noch einmal mit einer einzigen Berührung in Richtung Zielstange abgelenkt werden. Diese Berührung bzw. Ablenkung des Balles muss vor dem ersten Bodenkontakt erfolgen und darf mit allen Körperteilen (außer den Handflächen) erfolgen.

Nach den 12 Wertungsversuchen werden alle gemessenen Abstände zwischen Ball und Stange zu einem Teamergebnis zusammengeführt. Je geringer die Gesamtsumme aller Abstände in Zentimeter, umso besser platziert sich das Team.

## Flummi-Ei :

In dieser Disziplin ist das Spielgerät ein Vollgummi-Ei, was einem "Flummi-Ball" in seiner Fähigkeit abzuhüpfen nahe kommt. Durch seine Ei-Form springt das Spielgerät (je nach Aufprallpunkt) jedoch sehr oft auch schräg vom Boden ab, was das Auffangen schwieriger gestaltet.

### Der Spielablauf:

Spieler 1 stellt sich mit Blickrichtung zum Rücken des Spielers 2 so auf, dass er einen ausgestreckten Arm mit dem Flummi-Ei auf die Schulter von Spieler 2 legen kann. Die Faust mit dem Ei von Spieler 1 ragt hierbei über die Schulter von Spieler 2 hinaus. Nachdem Spieler 1 die Faust vor dem Körper von Spieler 2 geöffnet hat, hat Spieler 2 nach dem folgenden Aufprall des Eies auf dem Boden die Aufgabe, das Spielgerät vor dem zweiten Bodenkontakt mit nur einer Hand zu fangen. Es dürfen zum Fangen keine weiteren Körperteile zu Hilfe genommen werden.

Unter den gleichen Vorgaben fängt im Anschluss Spieler 3 den Ball von Spieler 2, Spieler 4 von Spieler 3, Spieler 1 von Spieler 4, usw. Für das Team werden alle Fangversuche gewertet, die in einem Zeitraum von 3 Minuten korrekt ausgeführt wurden.

## Domino :

Domino wird im Sportheim gespielt. Dort liegt auf einem Tisch eine große Menge Domino-Steine. Die Aufgabe der Gruppe in dieser Disziplin ist es, innerhalb von 2 Minuten eine möglichst lange zusammenhängende "Domino-Kette" aufzubauen.

Alle 4 Teilnehmer können hierbei auf verschiedenen Bereichen des Tisches ihre eigene Domino-Reihe aufbauen. Am Ende der 2 Minuten sollten jedoch die einzelnen "Bauwerke" zusammengeführt werden, da nur die längste zusammenhängende Domino-Reihe gewertet werden kann.

Nach Ablauf der Zeit darf die Gruppe ihre längste "Domino-Kette" anstoßen. Alle hierbei umfallenden Steine werden für das Team gewertet. Sollte die vermeintlich längste Reihe nicht komplett umfallen, darf jedoch die zweitlängste Kette **nicht mehr** angestoßen werden. Die Gruppe sollte sich deshalb gut anschauen, welche zusammenhängende Domino-Reihe eventuell am sichersten fällt. Da es für jedes Team natürlich ärgerlich wäre, wenn z.B. von einem Team-Mitglied durch Anstoßen des Tisches eine größere Menge Domino-Steine kurz vor Ablauf der Zeit umfällt, kann sich die Gruppe jederzeit zu einer vorzeitigen Wertung (vor Ablauf der 2 Minuten) entscheiden und dies dem Schiedsrichter melden.

### Die Gesamtwertung :

In jeder der 10 Disziplinen erhält das Team mit dem besten Resultat genauso viele Punkte wie die Anzahl der teilnehmenden Mannschaften.

Bei zum Beispiel 23 startenden Mannschaften erhält das siegreiche Team in jeder Disziplin also 23 Punkte, das Team auf Platz zwei 22 Punkte usw.

Sollten bei einer Disziplin zwei Teams mit dem absolut gleichen Ergebnis z.B. auf Platz 3 landen, würden beide Mannschaften in diesem Beispiel 21 Punkte bekommen. 20 Punkte würden nicht vergeben werden und der 5. Platz würde dann entsprechend 19 Punkte dafür erhalten.

Bei der Gesamtwertung aller 10 Disziplinen kann es natürlich auch zu einem Punktegleichstand zweier- oder mehrerer Mannschaften kommen. In diesem Fall wird das Durchschnittsalter des Teams für die Platzierung in der Gesamtwertung herangezogen.

Als „optimalstes Durchschnittsalter“ wird das Alter von 20 Jahren angenommen. Die Differenz zwischen dem Durchschnittsalter einer Mannschaft und dem „optimalsten Durchschnittsalter“ von 20 Jahren ergibt einen Zahlenwert. Hat zum Beispiel ein Team ein Durchschnittsalter von 41,25 Jahren, so wäre der Differenz-Wert 21,25. Je höher dieser Wert ist, umso besser wird das Team bei einem Punktegleichstand gewertet.

Bei der Siegerehrung gibt es 3 verschiedene Altersklassen-Wertungen: Die Junioren-Wertung (13 Jahre oder jünger), die Senioren-Wertung (55 Jahre oder älter) und die Hauptwertung (zwischen 13 und 55 Jahren).