

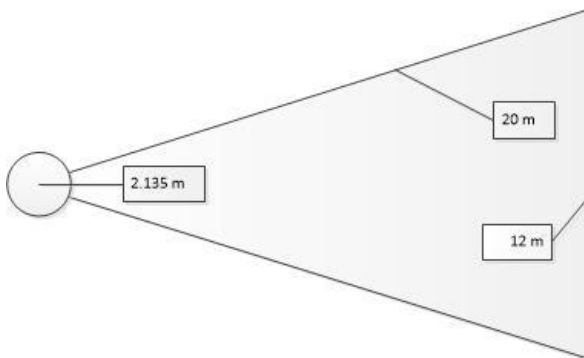
Jury instructie medicine bal stoten

Algemeen

Bij de pupillencompetitie dient het plezier van het kind voorop te staan. Het persoonlijk presteren (winnen) dient hierbij ondergeschikt te worden gemaakt aan het presteren als groep. Het sociale aspect door het met elkaar sporten dient steeds te prevaleren. Voor deze leeftijdscategorie past een te groot fanatisme niet. Met de regels moet soepel omgegaan worden, d.w.z. rechtvaardig, doch niet bestraffend, maar lerend en stimulerend.

Terreininrichting en materialen:

Medicine bal stoten wordt bij voorkeur gedaan vanuit de kogelstootring. Indien dit qua chronoloog niet past dan kan uitgeweken worden naar een bijveld of niet gebruikt deel van het binnenterrein.



- Meetlint 25 m.
- Medicine ballen 1 kg
- Bezem om ring schoon te vegen.

Wedstrijd:

- Zet de pupillen in volgorde van de jurylijst en laat ze allen 2x instoten.
- De atleet mag tijdens zijn poging met geen enkel deel van zijn lichaam de bovenzijde van de metalenring of bovenzijde van de balk raken.
- De kogel moet met 2 handen voor de borst worden gehouden en vanaf die positie gestoten en niet geworpen worden.
- Er wordt na elke poging gemeten. Het is handig om het meetlint langs de sector uit te rollen om het meetproces te versnellen.
- Het nulpunt van het meetlint is in de sector, de afstand wordt afgelezen op de binnenrand van de balk. Afronden op hele cm naar beneden.
- Elke atleet krijgt 3 pogingen, het resultaat van elke poging moet worden genoteerd op de jurylijst. Een ongeldige poging wordt aangegeven met "X".
- Bij 3 ongeldige pogingen krijgt de atleet tot maximaal 2 pogingen om een geldige stoot te maken. Coach de atleet/begeleider hierin zodat zij altijd een geldig resultaat hebben.

