

Klassenstufen: 5 - 12
Fähigkeit: Schnelligkeit

Linienlauf 9 – 3 – 6 – 3 – 9

Durchführung: Die Federbälle werden auf der Mittellinie und der dem Start gegenüberliegenden Angriffslinie des Volleyballfeldes ausgelegt.

Von der Grundlinie des Volleyballfeldes auf Kommando folgende Laufstrecke:

9 m vorwärts bis zur Mittellinie, Aufnehmen des Federballs;

3 m rückwärts bis zur Angriffslinie, Ablegen des Federballs;

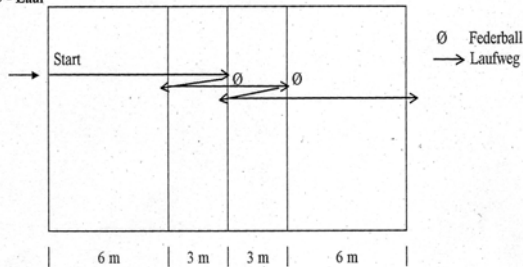
6 m vorwärts bis zur gegenüberliegenden Angriffslinie, Aufnehmen des Federballs;

3 m rückwärts bis zur Mittellinie, Ablegen des Federballs;

9 m vorwärts bis zur gegenüberliegenden Grundlinie, Zieldurchlauf.

Wertung: 1 Wertungsversuch. Gemessen und bewertet wird die Gesamtlaufzeit.

Linienlauf im Volleyballfeld nach Zeit
als 9-3-6-3-9 - Lauf



weiblich		KI. 3	KI. 4	KI. 5	KI. 6	KI. 7	KI. 8	KI. 9	KI. 10	KI. 11	KI. 12
		Zeit in Sekunden									
Note	1			9,5	9,4	9,3	9,3	9,2	9,2	9,1	9,1
	2			10,3	10,2	10,1	10,1	10,0	10,0	9,9	9,9
	3			11,0	11,0	10,9	10,9	10,8	10,8	10,6	10,6
	4			11,6	11,5	11,3	11,3	11,2	11,2	11,0	11,0
	5			12,2	12,0	11,8	11,8	11,6	11,6	11,4	11,4

männlich		KI. 3	KI. 4	KI. 5	KI. 6	KI. 7	KI. 8	KI. 9	KI. 10	KI. 11	KI. 12
		Zeit in Sekunden									
Note	1			9,2	9,0	8,8	8,6	8,4	8,2	8,0	8,0
	2			10,0	9,8	9,5	9,3	9,1	8,9	8,7	8,7
	3			10,8	10,5	10,2	9,9	9,7	9,5	9,3	9,3
	4			11,3	11,0	10,7	10,5	10,2	10,0	9,9	9,9
	5			11,8	11,5	11,2	11,0	10,8	10,6	10,4	10,4