



Werte Sportsfreunde,

anbei erhaltet Ihr das Regelwerk zu den 1. Donsbacher Highland Games.

Wir lehnen uns an das bestehende Werk des „Deutschen Highland Games Verband e.V.“ an, weichen jedoch in Punkten davon ab, um diese Veranstaltung zugänglicher zu machen.

Jeder Station sind Kampfrichter, sogenannte Chiefs zugeteilt. Diese entscheiden und bewerten die Ergebnisse der teilnehmenden Mannschaftmitglieder. Sämtliche Teilnehmer werden gebeten, sich umsichtig zu verhalten, sodass kein Schaden an Personen oder am Veranstaltungsort entsteht. Die Veranstaltung hat einen öffentlichen Charakter, sodass wir gerne positiv auffallen. Jeder Teilnehmer ist für seinen eigenen Zustand, körperlich wie mental, verantwortlich !

Wir bitten um ein sportliches, faires Miteinander und sprecht uns bitte bei Unklarheiten an !

#### 1. Mannschaften

Die Mannschaften bestehen aus 5 Personen.

Jedes Team kann sich frei zusammenstellen (Frauen und Männer) und vergibt sich einen Mannschaftsnamen. Gemischte Teams werden gleichermaßen wie reine Männermannschaften gewertet. Es besteht jedoch die Möglichkeit, dass Frauen, je nach Station, leichtere Gewichte nutzen können.

#### 2. Bekleidung

Es wird angestrebt, dass bei allen Disziplinen Kilt getragen wird.

Das gesamtliche Auftreten soll im Vordergrund stehen.

Es ist geeignetes Schuhwerk zu tragen.

#### 3. Disziplinen

Mannschaften können sich während der Vorbereitungsphase, bis zum Wettkampftag, über die Teilnehmer der Einzeldisziplinen beraten. Diese Teilnehmer stehen somit am Wettkampftag fest und werden zu Beginn des sportlichen Teils den jeweiligen Kampfrichtern zugeordnet. Mannschaften bleiben während der Wettkämpfe jedoch zusammen.

Das Startkommando wird von den Kampfrichtern mitgeteilt.

Wird eine Station verlassen, gilt diese als beendet.

Das Baumstammwerfen, Hammerwerfen und Kugel heben sind Einzeldisziplinen und werden pro Versuch mit 3 Minuten angesetzt.

## Disziplinen der 1. Donsbacher Highland Games

Baumstammwerfen (Tossing the Caber): (Stammlänge und Gewicht müssen wir bestimmen)

Ziel ist es, den Baum zum Überschlag zu bringen. Zwei Bäume, in unterschiedlichen Längen und Gewichten stehen zur Verfügung.

Der Baumstamm wird mit dem dicken Ende nach oben aufgestellt.

Das untere Ende ist gut sichtbar markiert.

Es gibt keine Abwurflinie, sondern einen Abwurfbereich (zur Sicherheit) und somit auch kein Übertreten.

Der Baum muss selbst aufgenommen werden, darf jedoch bis zum festen Ergreifen durch 2 weitere Mannschaftsmitglieder vor dem umkippen gesichert werden.

Gelingt das zweimal nicht, darf der Baum beim letzten Versuch in die Hand gestellt werden.

Entscheidet sich der Athlet dafür, mit dem großen Baum zu beginnen, kann er wieder auf den kleineren zurück wechseln.

Der Baumstamm wird angehoben und nach einem Anlauf so geworfen, dass er möglichst auf einer gedachten 12:00 Uhr Linie liegen bleibt.

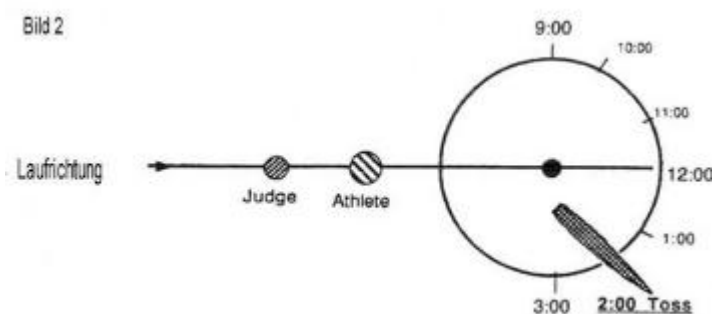
Ein Versuch beginnt als begonnen, wenn der Stamm vom Boden abgehoben wurde und als beendet, sobald der Boden wieder berührt wird. Als Überschlag wird der Versuch gewertet, wenn der Baum mind. 90° (senkrecht) zum Boden erreicht und nicht weniger als 90° seitlich zum Werfer auf dem Boden landet.

Der Athlet bleibt nach Abwurf des Stammes stehen (insofern der Stamm nicht zurück kommt) und wartet auf die Wertung des Kampfrichters.

Von max. drei Versuchen wird der beste gewertet.

Zeit insgesamt: 9 Minuten

Wertung: Überschlag kleiner Baum = 10 Punkte; großer Baum = 20 Punkte



Hammerwerfen (Scottish Hammer):

Schwerer Holzhammer (6kg):

Der Hammerwurf erfolgt mit dem Rücken zur Wurfrichtung.

Es wird aus dem Stand geworfen, die Füße dürfen sich aber bewegen.

Eine Drehung des Körpers wie beim olympischen Hammerwurf ist nicht erlaubt.

Das Überschreiten des Begrenzungsbalkens/Markierung gilt als nicht gültiger Versuch.

Berührt dem Hammer bei einem abgebrochenen Versuch den Raum hinter der Markierung (Wertungsbereich), so gilt der Versuch als ungültig.

Von max. drei Versuchen wird der beste gewertet.

Zeit insgesamt: 9 Minuten

Wertung: Die Wurfweite entspricht der Punktezahl (z.B. 15 Meter = 15 Punkte)



### Kugel heben (Stone of Manhood):

Es sollen insgesamt (nacheinander) 4 Steinkugeln vom Boden aufgenommen und auf einem Podest abgelegt werden.

Fällt das Gewicht vorher zu Boden, ist erneut von der Startposition zu beginnen.

Es wird mit einem leichten Stein begonnen, der schwerste wiegt 100kg.

Der Einsatz klebender Substanzen (Hebehilfe) ist nicht gestattet.

Ein erfolgreicher Versuch wird mit 5 Punkten gewertet.



### Tauziehen (Tug-O-War):

Es wird pro Paarung nur ein Durchgang gezogen, dieser dauert so lange, bis eine Entscheidung gefallen ist.

Per Losentscheid wird ermittelt, welche Teams gegeneinander antreten.

Da das Los die Mannschaften bestimmt, sollte eine gute Vorbereitung im Vordergrund stehen.

Wertung: 1. Platz 10 Punkte, 2. Platz 8 Punkte, 3. Platz 6 Punkte

### Baumstammtransport:

Über einen Parkour wird ein Teammitglied mittels Balken/Stamm von den anderen 4 transportiert.

Das Team schultert oder trägt den Stamm, durchläuft schnellstmöglich den Parkour und danach zurück ins Ziel. Alle Teammitglieder müssen die gesamte Laufzeit über den Stamm berühren.

Das „inaktive“ Teammitglied muss sich dabei dauerhaft durch halten am Baumstamm fixieren.

Dies kann hängend oder liegend geschehen.

Bei Zieleinlauf wird die Zeit gestoppt.

Hierbei ist darauf zu achten, dass die Sicherheit des getragenen Sportlers Priorität hat.

Loslassen des Stammes wird mit 5 Strafsekunden gewertet.

Wertung: Die schnellste Mannschaft erhält 20 Punkte, der 2. Platz 10 Punkte, 3. Platz 5 Punkte