



STATIONSBESCHREIBUNG

Dart

Location: A

Beschreibung:

Bei der Station "Dart" müssen die Mitglieder des Clans ihre Treffsicherheit unter Beweis stellen, indem sie Dartpfeile auf eine Zielscheibe werfen. Jedes Clanmitglied hat drei Dartpfeile, und die Punkte werden entsprechend der Dartscheibe gezählt.

Ablauf:

1. Ein Mitglied des Clans nimmt einen Dartpfeil und positioniert sich 2 Meter vor der Scheibe für den Wurf.
2. Auf ein Startsignal hin wirft das Clanmitglied den Dartpfeil auf die Zielscheibe.
3. Die Punkte werden je nach dem Feld auf der Dartscheibe gezählt, auf dem der Dartpfeil landet.
4. Das Clanmitglied hat insgesamt drei Würfe, um möglichst viele Punkte zu erzielen.
5. Die Ergebnisse jedes Clanmitglieds werden notiert.

Material:

- Dartscheibe
- 3 Dartpfeile
- Schutz für die Rückseite der Dartscheibe (um Verletzungen zu vermeiden)

Hinweise für Betreuer:

- Ermutigen Sie den Clan dazu, ihre Treffsicherheit zu verbessern und verschiedene Wurftechniken auszuprobieren.
- Notieren Sie die Ergebnisse jedes Clanmitglieds genau für die Wertung.



STATIONSBESCHREIBUNG

Stemmen

Location: B

Beschreibung:

Bei der Station "Stemmen" geht es darum, eine Wasserflasche so lange wie möglich hochzuhalten. Die Mitglieder des Clans werden herausgefordert, ihre Armkraft und Ausdauer zu testen, indem sie eine volle Wasserflasche (entweder 1 Liter oder 1,5 Liter) mit ausgestrecktem Arm halten.

Ablauf:

1. Ein Mitglied des Clans nimmt eine volle Wasserflasche und hält sie mit gestrecktem Arm nach oben.
2. Ein Betreuer startet die Stoppuhr, sobald der Arm des Teilnehmers vollständig gestreckt ist.
3. Das Mitglied des Clans versucht, die Flasche so lange wie möglich in dieser Position zu halten.
4. Sobald das Mitglied des Clans den Arm senkt oder die Flasche nicht mehr halten kann, stoppt der Betreuer die Stoppuhr und notiert die Zeit.

Material:

- Volle Wasserflaschen (1 Liter oder 1,5 Liter)
- Stoppuhr

Hinweise für Betreuer:in:

- Notieren Sie die Zeit jedes Mitglieds genau und ermutigen Sie sie, ihr Bestes zu geben.
- Zur Punkteberechnung multiplizieren Sie bitte die Zeit mit dem Flascheninhalt.



STATIONSBESCHREIBUNG

Fass werfen

Location: C

Beschreibung:

Die Station "Fass werfen" fordert die Mitglieder des Clans heraus, ihre Wurfkraft zu testen, indem sie einen Sack (Polsterbezug) gefüllt mit Tennisbällen so hoch wie möglich werfen. Es geht darum, die maximale Höhe zu erreichen und dabei möglichst präzise zu sein.

Ablauf:

1. Ein Mitglied des Clans nimmt einen Polsterbezug, der mit Tennisbällen gefüllt ist.
2. Ein Betreuer markiert den Startpunkt, von dem das Mitglied des Clans werfen wird.
3. Das Mitglied des Clans wirft den Sack so hoch wie möglich in die Luft.
4. Ein anderer Betreuer misst die Höhe des Wurfs vom Boden bis zum höchsten Punkt des Sacks.
5. Jedes Mitglied des Clans hat insgesamt drei Versuche, um die beste Höhe zu erreichen.
6. Die beste gemessenen Höhe pro Mitglied des Clans werden notiert.

Material:

- Polsterbezug gefüllt mit Tennisbällen
- Maßstab mit 20 cm Unterteilung

Hinweise für Betreuer:

- Stellen Sie den Maßstab möglichst eben auf einen Tisch, um die Messung möglichst genau durchzuführen.
- Es wird der unterste Teil des Polsters gewertet.
- Notieren Sie die Höhe jedes erfolgreichen Wurfs genau und ermutigen Sie die Teilnehmer, ihre Technik bei jedem Versuch zu verbessern.



STATIONSBESCHREIBUNG *Tree Trunk Run*

Location: D

Beschreibung:

Bei der Station "Tree Trunk Run" müssen Mitglieder des Clans einen Rundling durch einen anspruchsvollen Parkour tragen. Die Herausforderung besteht darin, den Rundling sicher und so schnell wie möglich durch den Parcours zu bewegen, ohne dass er den Boden berührt. Wenn der Rundling den Boden berührt, muss der Versuch neu gestartet werden, während die Zeit weiterläuft.

Ablauf:

1. Der Clan positioniert sich um den Rundling herum.
2. Ein Betreuer startet die Stoppuhr, sobald der Clan bereit ist, den Rundling zu tragen.
3. Der Clan trägt den Rundling durch den vorher festgelegten Parkour, der mit Hütchen markiert ist.
4. Wenn der Rundling den Boden berührt, wird der Versuch neu gestartet, jedoch läuft die Zeit weiter.
5. Der Clan muss den Rundling sicher durch den gesamten Parcours tragen und das Ziel erreichen.
6. Die Zeit wird gestoppt, sobald der Rundling das Ziel erreicht hat.

Material:

- Rundling
- Knotenschnur (zur Markierung der Startlinie)
- Hütchen (zur Markierung des Parkours)
- Stoppuhr

Hinweise für Betreuer:

- Weisen Sie darauf hin, dass der Rundling den Boden nicht berühren darf, da dies den Versuch neu startet, aber die Zeit weiterläuft.



STATIONS BESCHREIBUNG

Hammerwurf

Location: E

Beschreibung:

Bei der Station "Hammerwurf" geht es darum, einen Hammer so weit wie möglich zu werfen. Die Mitglieder des Clans werden herausgefordert, ihre Wurfkraft und Technik zu nutzen, um den Hammer mit maximaler Entfernung zu werfen. Der Einschlagspunkt wird gemessen, um die Leistung zu bewerten.

Ablauf:

1. Ein Mitglied des Clans nimmt den Hammer in die Hand und positioniert sich für den Wurf.
2. Auf ein Startsignal hin wirft das Clanmitglied den Hammer so weit wie möglich in die Luft.
3. Ein Betreuer markiert den Einschlagspunkt des Hammers auf dem Boden.
4. Die Teilnehmer haben insgesamt drei Versuche, um den Hammer so weit wie möglich zu werfen.
5. Der Betreuer misst den Abstand vom Wurfpoint zum Einschlagspunkt für jeden Versuch und notiert das beste Ergebnis pro Mitglied des Clans.

Material:

- Hammer (für den Wurf)
- Maßstab oder Maßband (zur Messung des Abstands)

Hinweise für Betreuer:

- Notieren Sie die Ergebnisse jedes Versuchs genau und ermutigen Sie den Clan, sich gegenseitig anzufeuern und zu unterstützen.



STATIONSBESCHREIBUNG

Balancieren

Location: F

Beschreibung:

Die Station "Balancieren" fordert die Mitglieder des Clans heraus, eine Besenstange so lange wie möglich auf der Hand zu balancieren. Ziel ist es, das Gleichgewicht zu halten und die Stange ohne Herunterfallen so lange wie möglich zu balancieren. Jedes Clanmitglied hat einen Versuch, der maximal fünf Minuten dauern kann.

Ablauf:

1. Ein Mitglied des Clans nimmt die Holzstange (Besenstiel) in die Hand und positioniert sie auf der Handfläche.
2. Auf ein Startsignal hin beginnt das Clanmitglied, die Besenstange zu balancieren.
3. Ein Betreuer startet die Stoppuhr, um die Zeit zu messen.
4. Das Clanmitglied versucht, die Holzstange so lange wie möglich auf der Hand zu balancieren, ohne dass sie herunterfällt.
5. Der Versuch endet, wenn die Besenstange herunterfällt oder wenn die maximale Zeit von fünf Minuten erreicht ist.
6. Die gemessene Zeit wird notiert.

Material:

- Holzstab (Besenstiel)
- Stoppuhr

Hinweise für Betreuer:

- Notieren Sie die erreichte Zeit genau und ermutigen Sie den Clan, sich gegenseitig anzufeuern und zu unterstützen.



STATIONSBESCHREIBUNG

Seilziehen

Location: G

Beschreibung:

Bei der Station "Seilziehen" wird die maximale Zugkraft des Clans gemessen. Die Teilnehmer des Clans müssen gemeinsam ihre Kräfte bündeln, um das Seil mit maximaler Kraft zu ziehen. Die Zugkraft wird mithilfe einer Kofferwaage gemessen.

Ablauf:

1. Der Clan positioniert sich am Seil und bereitet sich darauf vor, die maximale Zugkraft anzuwenden.
2. Ein Betreuer befestigt die Kofferwaage sicher an einem Baum und daran das Seil.
3. Auf ein Startsignal hin beginnt der Clan, gemeinsam am Seil zu ziehen und dabei so viel Kraft wie möglich aufzubringen.
4. Der Versuch wird drei Mal wiederholt, um die Konsistenz der Ergebnisse sicherzustellen.
5. Die höchste gemessene Zugkraft wird als offizielles Ergebnis des Clans festgehalten.

Material:

- Seil
- Kofferwaage (zur Messung der Zugkraft)
- Baumschoner (zum Schutz des Baums oder anderen Befestigungspunkts)
- Knotenschnur (zur sicheren Befestigung der Kofferwaage)

Hinweise für Betreuer:

- Ermutigen Sie den Clan dazu, gemeinsam zu arbeiten und ihre Kräfte zu bündeln, um die bestmögliche Zugkraft zu erzielen.
- Notieren Sie die höchste gemessene Zugkraft und dividieren Sie diese durch die Gesamtanzahl.



STATIONSBESCHREIBUNG

Baumstamm werfen

Location: H

Beschreibung:

Bei der Station "Baumstammwerfen" müssen die Mitglieder des Clans einen Rundling werfen, sodass er sich einmal der Länge nach um 180° dreht und möglichst gerade landet. Ziel ist es, den Baumstamm möglichst präzise und gerade auf dem Boden zu platzieren, ohne dass er abweicht. Dabei werden drei verschiedene Größen von Rundlingen verwendet, um die Schwierigkeit zu variieren.

Ablauf:

1. Ein Mitglied des Clans wählt einen der Rundlinge aus und positioniert sich für den Wurf.
2. Auf ein Startsignal hin wirft das Clanmitglied den Rundling so, dass er sich einmal um 180° dreht.
3. Ein Betreuer misst die Abweichung von einer geraden Linie mithilfe des Geodreiecks.
4. Die Teilnehmer haben insgesamt drei Versuche, um den Rundling möglichst gerade und präzise zu platzieren.
5. Der Betreuer misst die Abweichung von der geraden Linie für jeden Versuch und notiert das beste Ergebnis pro Mitglied des Clans.

Material:

- 3 unterschiedliche Rundlinge (unterschiedliche Größen für verschiedene Schwierigkeitsgrade)
- Große Schulgeodreiecke (zur Messung der Abweichung)

Hinweise für Betreuer:

- Achten Sie darauf, dass die Messungen genau sind und multiplizieren Sie den Winkel mit der Länge des Baumstammes.
- Wenn der Rundling sich nicht um 180° dreht, ist der Wurf ungültig.



STATIONSBESCHREIBUNG

Whisky trinken

Location: I

Beschreibung:

Die Station "Whisky trinken" gestaltet sich als Staffellauf mit einer interessanten Wendung. Jedes Mitglied des Clans muss zu einem Tisch laufen, 0,33 Liter Mineralwasser trinken, sich dann dreimal um sich selbst drehen und anschließend zum Startpunkt zurücklaufen. Die Gesamtzeit der Staffel wird gemessen, um die Leistung zu bewerten.

Ablauf:

1. Ein Clanmitglied startet am Beginn des Parcours.
2. Auf ein Startsignal hin rennt das Clanmitglied zum Tisch, wo Becher mit 0,33 Liter Mineralwasser bereitsteht.
3. Das Clanmitglied trinkt das Wasser vollständig aus dem Becher.
4. Nach dem Trinken dreht sich das Clanmitglied dreimal um sich selbst.
5. Anschließend rennt das Clanmitglied zurück zum Startpunkt und berührt diesen, um den nächsten Teilnehmer des Clans zu signalisieren, dass er starten kann.
6. Der nächste Teilnehmer wiederholt die Schritte 2 bis 5.
7. Die Gesamtzeit der Staffel wird gestoppt, wenn alle Clanmitglieder den Parcours absolviert haben.

Material:

- Becher
- Stoppuhr
- Tisch

Hinweise für Betreuer:

- Ermutigen Sie den Clan, sich gegenseitig anzufeuern und zu unterstützen, um die bestmögliche Leistung zu erzielen.
- Notieren Sie die Gesamtzeit der Staffel genau für die Wertung.



STATIONSBESCHREIBUNG

Hufeisen werfen

Location: J

Beschreibung:

Bei der Station "Hufeisen werfen" müssen die Mitglieder des Clans ihre Zielgenauigkeit unter Beweis stellen, indem sie Hufeisen so nahe wie möglich an drei Stangen werfen. Jedes Hufeisen wird gewertet, wenn es sich um eine der Stangen legt. Die Stangen sind in unterschiedlichen Entfernungen platziert (1 Meter, 2 Meter und 3 Meter).

Ablauf:

1. Ein Mitglied des Clans nimmt ein Hufeisen und positioniert sich für den Wurf.
2. Auf ein Startsignal hin wirft das Clanmitglied das Hufeisen in Richtung der Stangen.
3. Das Hufeisen wird gewertet, wenn es sich um eine der drei Stangen legt.
4. Der Wurf wird für jede Stange wiederholt, wobei insgesamt drei Hufeisen geworfen werden.
5. Die Ergebnisse jedes Wurfs werden notiert.

Material:

- 3 Stangen (zur Platzierung in unterschiedlichen Entfernungen: 1 Meter, 2 Meter und 3 Meter)
- 3 Hufeisen

Hinweise für Betreuer:

- Achten Sie darauf, dass die Wertung fair und genau erfolgt, indem Sie die Position jedes Hufeisens sorgfältig überprüfen.
- Notieren Sie die Ergebnisse jedes Wurfs genau für die Wertung und geben Sie den Teilnehmern Feedback zu ihrer Leistung.