



# Die Institutsolympiade

## Regelwerk

### **Allgemeine Informationen**

Jedes Team muss in einheitlichen Trikots auftreten. Bei der Meldung bis 14.45 Uhr am Infostand erhält jedes Team ein Teamschild und die Startunterlagen. Um 15 Uhr wird die Institutsolympiade offiziell auf der Bühne eröffnet. Hier erfolgt ein Aufmarsch aller Teams. 15.15 Uhr ist Turnierbeginn an der ersten Station.

Der Zeitplan für alle Teams wird nach Anmeldeschluss veröffentlicht. An allen Stationen treten jeweils vier Teilnehmer/innen pro Team an, welches aus maximal acht Teilnehmer/innen besteht. Es muss mindestens eine Frau und ein Mann pro Team und Station antreten. Treten zwei oder drei Teams gleichzeitig an einer Station an, erfolgt auch die Einweisung durch die Stationsleitung für alle Teams gleichzeitig. Anschließend kann es eine kurze Besprechungsphase der Teams geben, allerdings keine Übungsphase. Die Länge der Besprechungsphase wird von der Stationsleitung festgelegt. Zur Bewertung der Stationen wird ein Ranking aller Teams für jede Station erstellt. Das beste Team jeder Station erhält 300 Punkte, die Abstufungen zwischen den Teams erfolgen in zehner Schritten. Maximal erreichbare Punktzahl ist 1.800 Punkte (ohne Fanpunkte).

### **Fangemeinde**

Jedes Team hat die Möglichkeit, durch eine aktive Fangemeinde zu punkten. Am Ende der Institutsolympiade vergibt jede Stationsleitung für ihre Station jeweils zehn Punkte für die vier Teams mit der besten Fanunterstützung. Maximal erreichbare Punktzahl durch die Fangemeinde sind 60 Punkte. Die beste Fangemeinschaft wird zusätzlich im Rahmen der Siegerehrung durch den „Fanpokal“, den FuFah-Ehrenpreis, ausgezeichnet!



# Brennball

## Regelwerk

### Regeln und Bewertungskriterien

- Ein Team tritt alleine an (4 Personen)
- Runden werden gezählt
- Gewinner der Station: Das Team mit der höchsten Rundenanzahl

Aus 4 Hütchen ist ein Quadrat abgesteckt. Das Team stellt sich hinter dem ersten Hütchen auf. Der erste Läufer läuft mit einem Softball nach dem Startsignal zum zweiten Hütchen, legt den Ball auf dem Hütchen ab, läuft die Runde zu Ende und klatscht sein Teammitglied ab. Dieser läuft zum zweiten Hütchen, nimmt den Softball, läuft zum dritten Hütchen, legt diesen auf dem dritten Hütchen ab und läuft nach Vollendung der Runde wieder zu seinem Team, klatscht den nächsten Läufer ab usw. Sobald der Softball einmal nach dem Ablegen heruntergefallen ist, muss der laufende Spieler diesen holen und auf seinem Hütchen wieder ablegen.

Sobald der Softball auf dem Starterhütchen abgelegt worden ist, erhält die Mannschaft einen Punkt. Ziel ist es so viele Runden wie möglich, in 3 Minuten zu schaffen.

Es gibt erst nach vollständiger Vollendung der gesamten Runde einen Punkt für das Team.

**Änderungen vorbehalten**



# Triangle Dance

## Regelwerk

### Regeln und Bewertungskriterien

- Ein Team tritt alleine an (4 Personen)
- Erfolgreiche Sprünge werden gezählt
- Gewinner der Station: Das Team mit der höchsten erfolgreichen Sprungzahl

Drei Teammitglieder stellen sich in einen Kreis bzw. ein Dreieck und fassen sich an den Schultern. Sobald der Spielleiter das Startzeichen gibt, laufen drei Minuten Zeit ab, in denen die Teilnehmer versuchen, 10 Mal hintereinander in diesem Dreieck zu springen. Alle drei Springer müssen der Reihenfolge nach abwechselnd einzeln zwischen die anderen beiden Teammitglieder auf, besser hinter, die gedachte Linie zwischen den beiden Personen springen. Nach 10 erfolgreichen Mal wird ein Spieler ausgewechselt. Die Auswechslung geschieht reihum.

**Änderungen vorbehalten**



# Einradparcours

## Regelwerk

### Regeln und Bewertungskriterien

- Ein Team tritt alleine an (4 Personen)
- Zeit wird gemessen
- Gewinner der Station: Das Team mit der schnellsten Parcourszeit

Es wird ein Parcours aus Pylonen gebaut, der eine Startlinie und einen Wendepunkt hat. Ein Mannschaftsmitglied wartet an der Startlinie. Die anderen 3 Teammitglieder sind am Einrad. Nach dem Startsignal des Spielleiters setzt sich ein Spieler mithilfe der beiden anderen Mannschaftsmitglieder auf das Einrad und fährt den Parcours mit Hilfestellung der beiden anderen auf dem Einrad ab. An dem Wendepunkt wird gedreht und der Parcours entgegengesetzt abgefahren.

Wieder hinter der Startlinie wird derjenige durch das 4. Teammitglied ausgetauscht, der auf dem Einrad gefahren ist.

Nun muss der Parcours wieder durchfahren werden. Dies wird wiederholt, bis am Ende jeder einmal auf dem Einrad gesessen hat, einmal gewartet hat und das Team den Parcours insgesamt 4 Mal gefahren ist.

Sollte eine der Pylonen ausgelassen oder falsch umfahren worden sein, gibt es eine Sekunde, die als Zeitstrafe aufgeschlagen wird.

Während des ganzen Parcours muss das Rad des Einrades auf dem Boden verbleiben.

**Änderungen vorbehalten**



# Banksortierung

## Regelwerk

### Regeln und Bewertungskriterien

- Ein Team tritt alleine an (4 Personen)
- Zeit wird gemessen
- Gewinner der Station: Das Team mit der kürzesten Gesamtzeit

Ein Team besteht aus 4 Personen. Jede Person stellt sich auf eine Markierung auf der Bank. Der Spielleiter gibt ein Kriterium vor, nach dem sich die Spieler so schnell es geht aufstellen müssen, ohne herunterzufallen. Die Zeit wird nach Erklärung des jeweiligen Kriteriums und dem Kommando „los“ gestartet bzw. erneut gestartet. Sobald die Aufstellung fertig ist, müssen die Teilnehmer die Arme hochheben, damit die Zeit gestoppt wird und das Sortieren gecheckt werden kann. Ist nicht richtig sortiert worden, läuft die Zeit weiter. Sobald ein Teammitglied den Boden berührt, gibt es eine Zeitstrafe von 10 Sekunden. Gewinner des Spiels ist das Team, das für das Sortieren die kürzeste Zeit benötigt hat.

**Änderungen vorbehalten**



# Tischtennis-Eierlauf

## Regelwerk

### Regeln und Bewertungskriterien

- Ein Team tritt alleine an
- Punkte werden gezählt
- Gewinner der Station: Das Team mit der höchsten Punktzahl

Drei Hula-Hoop-Reifen liegen in Abständen hinter einander und sind als Position 1, 2 und 3 bestimmt. Hinter dem letzten Reifen steht ein Tisch mit drei Gefäßen in verschiedenen Größen. Das Spiel erfolgt in einer Kette. Drei Teammitglieder stellen sich jeweils in Positionen 1, 2 und 3 in den Reifen und der vierte steht in der Warteposition hinter dem ersten Reifen. Alle vier haben einen Tischtennisschläger in der Hand und der Spieler im ersten Reifen bekommt einen Tischtennisball. Sobald der Spielleiter die Zeit von 4 Minuten loslaufen lässt, darf gestartet werden. Nun ist seine Aufgabe, mithilfe des Tischtennisschlägers, den Ball an den zweiten Spieler zu übergeben, nachdem dieser einmal umlaufen wurde. Ist der Ball übergeben worden, nimmt der erste Spieler die Position 2 ein. Während des Laufes und der Übergabe, darf der Ball ausschließlich mit dem Tischtennisschläger berührt werden. Der zweite Spieler muss den Ball nun auf die gleiche Weise zum dritten Spieler transportieren und dessen Position einnehmen. Der dritte Spieler darf sich nun zur Rückseite des Tisches bewegen und den Ball in einem der Gefäße platzieren. Liegt der Ball sicher in einem der Gefäße, darf er per Hand an den Spieler auf Position 1 übergeben werden und das Team erhält die jeweiligen Punkte. Berührt der Ball den Tisch, wird er wieder per Hand an den Spieler auf Position 1 übergeben und das Team erhält keine Punkte. Lässt ein Spieler den Ball auf den Boden fallen, muss er zu seiner Startposition zurückkehren und darf es erneut versuchen. Nun hat jeder Spieler eine neue Position und der ganze Vorgang wird in einem Rundlauf bis die Zeit abläuft wiederholt, sodass jedes Mannschaftsmitglied zum Versuch des Gefäßtreffens kommen kann. Für das Treffen des größten Gefäßes gibt es zehn Punkte, des mittleren 15 und des kleinsten Gefäßes bekommt man 30 Punkte.



# Mattenwürfeln

## Regelwerk

### Regeln und Bewertungskriterien

- Ein Team tritt alleine an (4 Personen)
- Wiederholungen werden gezählt
- Gewinner der Station: Das Team, das die Matte am häufigsten wenden kann

In einer Zeit von 2 Minuten muss das Team eine Sportmatte so häufig wie möglich wenden. Eine Wiederholung entspricht eine komplette Drehung über die horizontale Achse. Das Benutzen der Griffe ist untersagt.

**Änderungen vorbehalten**