

## Der UBS KidsCup 2012

Der UBS KidsCup ist ein Gruppen-Wettkampf welcher in 5er, resp. 6er Gruppen ausgetragen wird. Jede der 4 Altersklassen U10, U12, U14 und U16 wird als reine Knaben, Mädchen oder aber als gemischte Mannschaft geführt. Je Gruppe müssen vier unterschiedliche Disziplinen absolviert werden, wobei sich nur die beiden ersten Disziplinen in den Alterskategorien unterscheiden.

Die Disziplinen sind nicht nur absolut auf Sekunden und Zentimeter ausgerichtet. Vielmehr geht es darum, mit guten Leistungen aber auch Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit wertvolle Punkte für das Team zu sammeln.

Mit den eingebauten Risikofaktoren steigt automatisch die Offenheit des Ausgangs, da immer die Möglichkeit des Erfolgs aber auch des Misserfolgs besteht.

Zentral ist der Gedanke, dass der Wettkampf in der Gruppe absolviert wird. Dadurch ist der Beitrag jedes Einzelnen wichtig für das Endresultat und die Kinder spüren ihre Eigenwirksamkeit. Sie werden dadurch angeregt, sich vermehrt an individuellen Massstäben zu orientieren und kommen so vermehrt zu Erfolgserlebnissen.

Die folgende Übersicht gibt Einblick in die verschiedenen Disziplinen:

	<b>U10</b>	<b>U12</b>	<b>U14</b>	<b>U16</b>
<b>Sprint</b>	<b>UBS-Goldsprint:</b> Das Team versucht möglichst schnell 24 Längen à 16m mit Übergabe eines goldenen Staffelstabes zu absolvieren. Die schnellste Zeit gewinnt.	<b>Ringli-Sprint:</b> Die Sprinter haben sieben Sekunden Zeit, um einen Ring aus der Distanz ihrer Wahl zu holen. Wird der gewählte Ring in der entsprechenden Zeit „nach Hause“ gebracht gibt es 1, 2, 3, 4, 5 oder 6 Punkte	<b>Hürden-Sprint Staffette:</b> Das Team versucht möglichst schnell 20 Längen der Hürdenstaffette (2 Hürden) mit Übergabe eines Tauchringes zu absolvieren. Die gelaufene Gesamtzeit ergibt das Teamergebnis.	<b>Risiko-Sprint:</b> Eine Sprintstrecke muss aus dem <b>Tiefstart</b> in 4 Sekunden bewältigt werden. Den Sprintern werden verschiedene Startlinien (1 .. 6 Punkte) zur Wahl angeboten.
<b>Sprung</b>	<b>Rivella Sprung:</b> Jedes Teammitglied wählt aus, auf welchen Bahnen es den Rivella Sprung absolvieren will. Dabei wird über ein 32cm Hindernis auf eine zwischen 1.4m und 2.65m entfernte Matte gesprungen und eine entsprechend hohe Punktzahl erreicht.	<b>Zonen-Weitsprung:</b> Jede(r) Springer(in) hat zwei Versuche, in denen versucht wird, von zwei Schwedenkasten-oberteilen (T-Form) mit den Füßen möglichst weit auf eine Weichbodenmatte zu springen und eine entsprechend hohe Punktzahl zu erreichen.	<b>Mehrfachsprung-Challenge:</b> Verschiedene Bahnen à je fünf in regelmässigen Abständen am Boden liegenden Reifen müssen mit Laufsprüngen (der Fuss im Reifen) überwunden werden. (Je weiter der Abstand desto höher die Punktezahl)	<b>Stabweitsprung:</b> Jede(r) Springer(in) hat zwei Versuche um mit Hilfe des Stabes mit den Füßen möglichst weit auf die Matte zu springen und eine entsprechend hohe Punktezahl zu erreichen.
<b>Wurf und Ausdauer</b>	<b>Biathlon:</b> Jedes Teammitglied versucht innerhalb von 3 min möglichst viele Runden (à ca. 80m) zu absolvieren. Zwischen den Laufrunden können an der Wurfstation zusätzliche Punkte erzielt werden.			
<b>Hindernislauf</b>	Das Team-Cross bildet für alle Kategorien den Abschluss dieses Wettkampfes. Alle gestarteten Teams einer Kategorie treten gemeinsam zu diesem speziellen Hindernislauf an (Massenstart). (Reihenfolge des Einlaufs des letzten Teammitglieds ergeben die Rangpunkte)			