

## Regelwerk für die Highland Games 2022

### 1. Mannschaften

Männer: 5 Personen + 1 Ersatz (nicht zwingend)

Frauen: 4 Personen + 1 Ersatz (nicht zwingend)

Jedes Team gibt sich einen Kampfnamen, der sich von den anderen unterscheidet (auch Clannamen II oder Reserve möglich)

Sollten gemischte Mannschaften antreten, gelten für alle Mitglieder dieser Mannschaft die Bedingungen für Männer! Diese Mannschaften werden auch bei den Männerteams gewertet, wobei die Frauen die leichteren Gewichte nutzen dürfen, wo das möglich ist.

Das Startgeld pro Team beträgt 30,-€, dafür erhält jeder aktive Teilnehmer (auch Ersatz) ein Essensgutschein und zwei Getränke. Wasser ist für alle Athleten an diesem Tag gratis.

Die Kampfrichter an der Station entscheiden, diese Entscheidung ist nicht diskutabel.

Das Rauchen ist auf dem Museumsgelände untersagt, für den Wettkampftag wird eine Raucherzone eingerichtet, der auch von den Mannschaften zu nutzen ist.

Darüber hinaus werden alle Athleten gebeten sich so zu verhalten, dass unser Sport der Highland Games und auch das Museum keinen Schaden nehmen. Beachtet, dass Kinder anwesend sind und auch die Pressevertreter solche Veranstaltungen kritisch verfolgen.

### 2. Bekleidung/Ausrüstung

- ✓ Es ist bei allen Disziplinen Kilt zu tragen.
- ✓ Es ist geeignetes Schuhwerk zu tragen.
- ✓ Zughilfen sind verboten. Hüftgürtel und Bandagen aller Art sind erlaubt.
- ✓ Es kann Magnesium benutzt werden.

### 3. Disziplinen

- Alle Disziplinen können in beliebiger Reihenfolge absolviert werden.
- Das Startkommando lautet immer „Auf die Plätze - Fertig – LOS!“.
- Der Kampfrichter entscheidet! Diese Entscheidungen sind zu akzeptieren.
- Bei den Laufdisziplinen auf Zeit erhält der Sieger max. 50 Punkte, die Weiteren Mannschaften erhalten entsprechend demselben Faktor abfallend Punkte (teilnehmerabhängig) z.B. 10 Teams – 1. = 50 P., 2. = 45 P., 3. = 40 P. usw.

#### Baumstammüberschlag:

Ziel ist es den Baum zum Überschlag zu bringen. Es stehen jeweils zwei Bäume in unterschiedlichen Längen und Gewichten zur Verfügung. Es gibt keine Abwurflinie, sondern einen Abwurfbereich (zur Sicherheit), somit auch kein Übertreten.

Der Baum muss selbst aufgenommen 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. Von max. drei Versuchen wird der beste gewertet.

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.

Wertung: Überschlag kl. Baum = 5 Punkte; gr. Baum = 10 Punkte

#### Gewicht hochwerfen:

Ein Gewicht wird rückwärts und einarmig über vorgegebene Höhen geworfen. Jeder Athlet hat max. drei Versuche, der beste wird gewertet.

Gewicht: Männer- ca. 19 Kg; Frauen- ca. 6,25 Kg

Wertung: 2,5m = 2 Punkte; 3m = 4 Punkte; 3,5m = 6 Punkte; 4m = 8 Punkte; 4,5m = 10 Punkte

### Steinstoßen (Putting the Stone):

Ein Stein wird einarmig und aus dem Stand soweit als möglich gestoßen. Angleiten und Drehbewegungen jeder Art sind verboten!

Jeder Athlet hat drei Versuche, wovon der beste in die Wertung eingeht.

Es werden 5 Weiten vorgegeben, beim deutlichen Berühren der Linie zur besseren Weite wird diese gewertet.

Gewicht: Männer- ca. 8 Kg; Frauen- ca. 4,5 Kg

Wertung: 3m= 2 Punkte; 5m= 4 Punkte; 7m= 6 Punkte; 8m= 7 Punkte; 9m= 8 Punkte; 10m= 9 Punkte; 11m =10 Punkte

### Bay. Steinheben:

Jeder Athlet wählt sein Anfangsgewicht(AG) und hat dann insgesamt 3 Versuche, der beste wird gewertet. Das Gewicht kann von Versuch zu Versuch erhöht, aber nicht reduziert werden.

Anschlaghöhen: Männer= 60cm; Frauen= 40cm

Gewichte: Männer: 150Kg-250Kg (in 25Kg-Schritten) Frauen: 85Kg-175Kg (in erste Steigerung 15 Kg, dann in 25Kg-Schritten)

Wertung: AG=2Punkte; AG+25Kg=4; AG+50KG=6; AG+75Kg=8; AG+100Kg=10 Punkte

Bei den Frauen sinngemäß (vgl. erste Steigerung!)

### Baumstamm ziehen:

Eine Baumstammhälfte wird, an einem Seil befestigt, von jedem Teammitglied eine vorgegebene Rund (ca. 20m) gezogen und dann „fliegend“ an den nächsten übergeben. Der Start erfolgt aus dem Stand und auf Kommando. Die Zeit stoppt, wenn der Stamm komplett über die Ziellinie gezogen wurde. Die Wendemarken dürfen zu keinem Zeitpunkt berührt werden! Der Lauf darf zweimal wiederholt werden.

Wertung: Die schnellste Zeit erhält die meisten Punkte. Für jedes Berühren der Wendemarken werden 5 Strafsekunden hinzu addiert. Max. 50 Punkte

### Koffertragen (Farmers Walk)

Zwei kofferähnliche Gewichte werden von jedem Athleten soweit getragen, bis sie abgestellt werden müssen oder max. 5 Runden gelaufen wurden. Wenn das Team oder einzelne Athleten den Lauf zur Verbesserung wiederholen möchten, ist das einmal möglich. Stehenbleiben ist zulässig.

Eine Runde entspricht ca. 30m und bringt 2 Punkte in die Wertung. Es werden nur volle Runden gezählt.

Männer ca. 60 kg

Frauen ca. 30 kg

Max. 10 Punkte

### Gewicht weitwerfen (Weight for Distance):

Ein Gewicht wird aus dem Stand und einarmig in das Zielfeld geworfen. Seitliches Anschwingen ist erlaubt. Ein Fuß muss die ganze Zeit über am Boden stehen!

Jeder Athlet hat max. drei Versuche, der beste wird gewertet.

Gewicht: Männer- ca. 12,5 Kg; Frauen- ca. 8 Kg

Wertung: 4m = 2 Punkte; 6m= 4 Punkte; 8m=6 Punkte; 9m=7 Punkte; 10m= 8 Punkte; 11m=9 Punkte; 12m = 10 Punkt

### Axtwerfen

Eine Doppelaxt wird dreimal je Teilnehmer auf eine Zielscheibe mit ca. 50 cm Durchmesser und 5 farbig gekennzeichneten Zielkreisen geworfen. Der Teil der Schneide, welcher in der Scheibe steckt und dem Mittelkreis am nächsten ist, wird gewertet. Der beste Wurf zählt zur Wertung.

Wertung der Ringe von außen nach innen: 2 – 4 – 6 – 8 – 10 Punkte

### Stone of Manhood

Ein schwerer Stein bzw. eine schwere Steinkugel werden vom Boden aufgenommen, eine Strecke von ca. 1- 3m (gewichtsabhängig) getragen und auf ein Podest gelegt. Fällt das Gewicht vorher zu Boden, ist erneut von der Startposition zu beginnen. *Hier darf Harz oder Handballspray genutzt werden.*

Männer: ca. 60 – 90 – 120 Kg

Frauen: ca. 30 – 45 – 60 Kg

6/8/10 Punkte

### Strohsack

Ein Strohsack wird mit Hilfe einer Gabel so hoch wie möglich über gespannte Seile geworfen.

Vier Höhen sind vorgegeben: 3,0m – 4,5m – 6,0m – 7,5m

4/6/8/10 Punkte

Änderungen vorbehalten