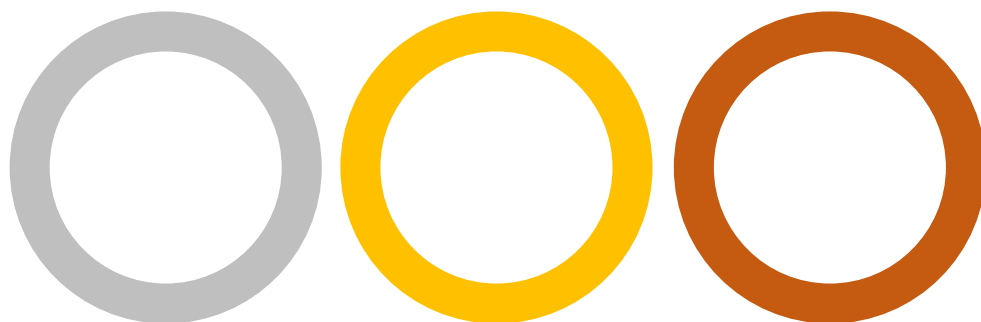


SOMMER- SPORTTAG 2024 KSHP



11. Juni (Verschiebedatum 13. Juni)

Allgemeine Informationen

Während des ganzen Sporttags gilt absolutes Bade- und Schwimmverbot!

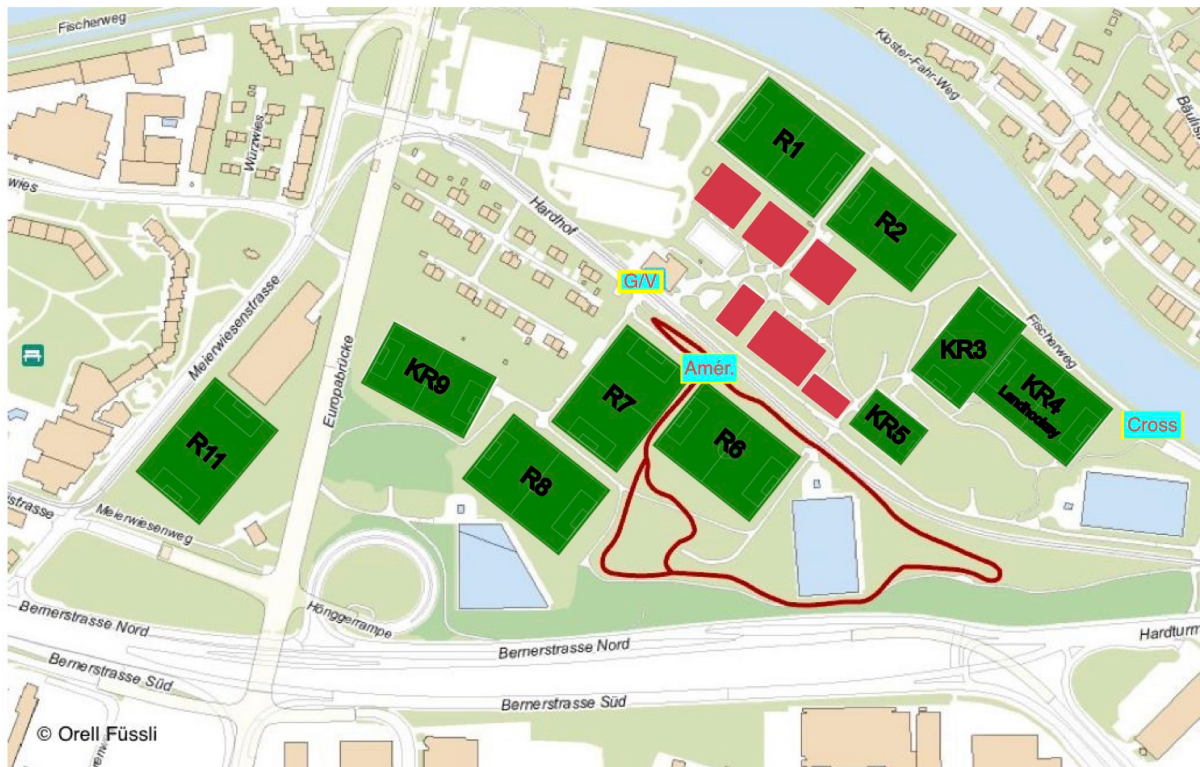
Kantonsschule Hohe Promenade, die Schulleitung

- Durchführung:** Der Entscheid wird am Vortag (9 Uhr-Pause) gefällt und auf dem Stundenplan mitgeteilt.
- Ort:** **Sportanlage Hardhof** Zürich (Tram 17 bis Hardhof)
OL: Schützenhaus Höggerberg
Workshops an unterschiedlichen Orten.
- Teilnahme:** Der Sporttag ist ein offizieller Schulanlass und für alle Schüler:innen der 1. bis 5. Klassen obligatorisch.
Bitte informiert euch vor dem Sporttag, wann ihr wo sein müsst.
- Abmeldung:** Wer aus irgendwelchen Gründen nicht am Sporttag teilnehmen kann, meldet sich unter Angabe des Grundes auf dem Sekretariat ab sekretariat@kshp.ch .
- Pünktlichkeit:** Ist für die Durchführung der Wettkämpfe unerlässlich! Bitte seid vor eurer Startzeit am Start und rechnet genügend Zeit für den Weg von der Garderobe zum Start ein!
- Leibchenfarben:** Die 1. und 2. Klassen tragen für das Spieltournament klassenweise gleichfarbige T-Shirts:
- | | |
|------------|------------|
| A-Klassen: | Rot |
| B-Klassen: | Weiss |
| C-Klassen: | Grün |
| D-Klassen: | Gelb |
| E-Klassen: | Schwarz |
| F-Klassen: | Dunkelblau |
| G-Klassen: | Hellblau |
- Informationen:** Infotafel am Sportaushang an der HoPro und auf der Hardhof-Sportanlage.
Persönliches Mail an alle Schüler:innen
- Garderoben:** Ab 07.30 geöffnet. Die Garderoben sind vor Ort am Eingang mit Tafeln markiert.
- Sanität:** In Kabine 11.

- Kleidung:** Heisses Wetter: Kopfbedeckung und Sonnenschutzmittel, ev. Sonnenbrille
Kühles Wetter: Pulli, Regenschutz, Ersatzkleider
- Wertsachen:** Wertsachen immer mitnehmen!
- Verpflegung:** Es besteht die Möglichkeit sich über Mittag vor Ort zu verpflegen.
- Sieger:innen-Ehrung:** Die **Sieger:innen-Ehrung der Ausdauerdisziplinen findet um 11.45 Uhr beim Restaurant auf dem Hardhof statt.**
Die Teilnahme ist Ehrensache.
Die Sieger:innen-Ehrung der Spielturniersieger:innen findet am Ende der Turniere vor Ort statt.
- Aufräumen:** Als helfende Klasse zum " Fötzele" wurde die Klasse 1c bestimmt. Vielen Dank!! Das Dankes-Glacé könnt ihr im Restaurant abholen.
- Ranglisten:** Nach dem Sporttag am Sportbrett an der HoPro
- Sportunterricht am Vortag:** Fällt aus.
- Unterricht am folgenden Tag:** Normal nach Stundenplan. Ausnahme: Der Sportunterricht fällt bis 12.00 Uhr aus.
- Fundgegenstände:** Am folgenden Tag vor der Abwärts-Loge im U-Stock abholen.

Zeitplan Sommersporttag 2024

<p>08.00 – 11.30 (Zeiten variieren je nach Workshop und Ausdauerdisziplin)</p>	<p>Ausdauerdisziplinen 1. – 3. Kl. Crosslauf (1. Kl.) Américaine (2. Kl.) OL (3. Kl.)</p> <p>Workshops 4.–6. Kl. (nach speziellem Plan)</p>
<p>11.45</p>	<p>Mittagspause individuell Verpflegungsmöglichkeit vor Ort</p> <p>11.45 Rangverkündigung Ausdauerdisziplinen 1. – 3. Kl. beim Restaurant im Hardhof</p>
<p>ab 12.30 – ca. 16.30</p>	<p>Spieltourniere</p> <p>Schlagball 1. Kl. Fussball 2. Kl. Mini-Volleyball 3. Kl. Fussball 4. Kl. Volleyball mixed 5./6. Kl. Fussball 5./6. Kl.</p>
<p>ca. 16.30</p>	<p>Aufräumen</p>



G / V	Garderoben / Verpflegung
R1 und R2	Fussball Damen und Herren 4. – 6. Klassen
R6	Schlagball
R7	Volleyball / Minivolley
R8	Fussball Mädchen und Knaben 2. Klassen
Amér.	Start Américaine
Cross	Start Crosslauf

**Das Sportlehrer:innen-Team
wünscht euch viel Spass und gutes
Gelingen!**

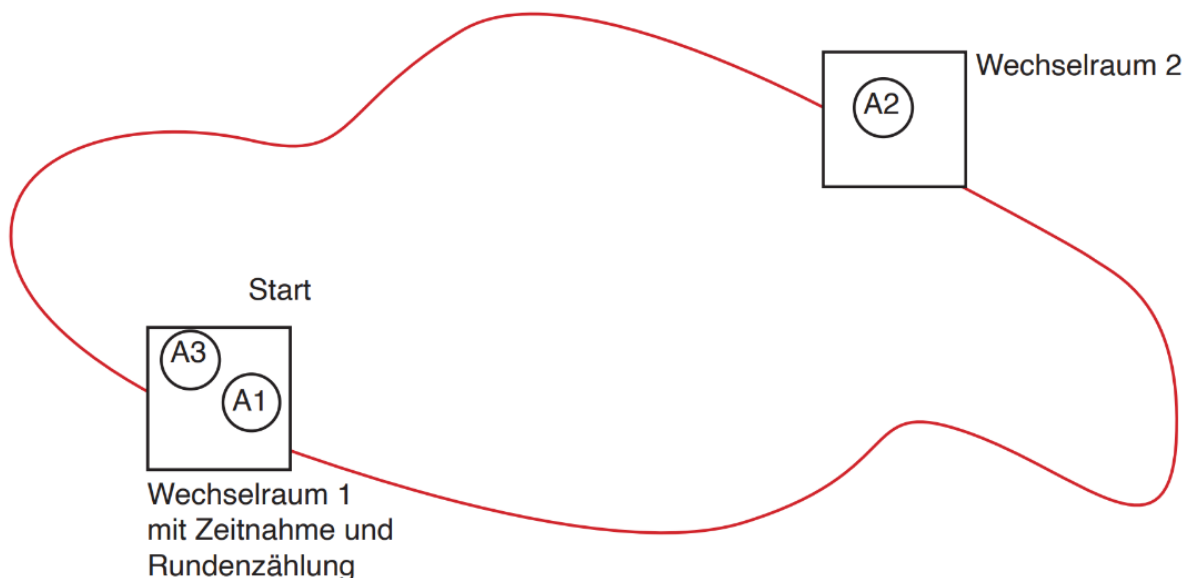
Crosslauf 1. Klasse – Startlisten

- Disziplinchef:** Mathias Roth und Nadine Merz
- Ort:** Sportanlage Hardhof beim Hardeggsteg (Google Maps)
- Garderoben:** Sportanlage Hardhof (Wertsachen an den Start mitnehmen)
- Weg zum Start:** Markiert mit orangen Tafeln „Cross 1. Klassen“ (ca. 300m über die Sportanlage Hardhof zum Hardeggsteg)
- Besammlung:** **Kl. 1a / 1b / 1c : 8.30 Uhr Start: Knaben => 8.45 Uhr
Start: Mädchen => 8.53 Uhr**
- Kl. 1d / 1e / 1f : 9.40 Uhr Start: Knaben => 10.00 Uhr
Start: Mädchen => 10.08 Uhr**
- Distanz:** 2 Runden à 2.25 km entlang Limmatufer => **4.5 km**
- Laufstrecke:** Orange Tafeln plus Streckenposten an neuralgischen Punkten.
- Vor dem Lauf:** Startnummer fassen (siehe Startliste) und gut sichtbar auf Brust tragen. Selbständiges Einlaufen und Mobilisieren.
- Zieldurchlauf:** Nach dem Zieldurchlauf die Startnummer den Helfer:innen abgeben.
- Rangverlesen:** 11.45 Uhr auf der Sportanlage. Die fünf Bestplatzierten erhalten ein Sporttagleibchen. Dieses muss persönlich abgeholt werden.
- Rangliste:** Die vollständige Rangliste wird am nächsten Tag am Sportbrett aufgehängt.

Américaine 2.Klasse – Allgemeine Infos

Ort: Siehe Situationsplan Hardhof

Die Américaine ist ein intervallartiger Laufwettkampf in Dreiergruppen, bei dem alle 2.Kl. gegeneinander antreten. Jede Klasse versucht, innerhalb von 30 Minuten möglichst viele Runden zurückzulegen.



- Ein Team besteht prinzipiell aus drei Läufer:innen. Pro Klasse gibt es nicht mehr als sieben Teams. Es ist auch möglich, Zweier- oder Vierergruppen zu bilden.
- Die Wechselräume teilen die Rundstrecke ungefähr in zwei Hälften.
- 2 Läufer:innen (A1, A3) bleiben im Wechselraum 1, der zugleich Start ist. 1 Läufer:in (A2) wartet im Wechselraum 2. A1 läuft bis zum Wechselraum 2, wo der Stafettenstab an A2 übergeben wird. A2 läuft die Runde fertig bis zum Wechselraum 1 und übergibt dort an A3 usw.
- Trifft ein:e Läufer:in im Wechselraum 1 ein und hat den Stafettenstab weitergegeben, dann wird der eigene Lauf unverzüglich beim Zeitnehmer:in-Tisch gemeldet. Danach macht man sich wieder bereit.
- Beim Zeitnehmer:in-Tisch werden die Runden aufsummiert, zugleich steht dort die Wettkampfuhr.
- Es werden nur ganze Runden gezählt.
- Es darf nur auf der Finnenbahn gelaufen werden, ansonsten kann ein Team disqualifiziert werden.
- In den Wechselräumen dürfen sich nur Laufteilnehmer:innen aufhalten.
- Die Klassen besammeln sich zur angegebenen Zeit beim Start und werden nochmals informiert. Jede Laufgruppe erhält eine separate Farbe zugeteilt, anschliessend werden die Startpositionen eingenommen. Es laufen jeweils zwei Klassen gleichzeitig.

Orientierungslauf 3. Klasse – Allgemeine Infos

Kategorien:	<table border="1" style="border-collapse: collapse; width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 15%;">Kat. K3</td> <td style="width: 55%;">Knaben 3. Klasse</td> <td style="width: 30%;">10 Posten 4 km / 40 m Hd.</td> </tr> <tr> <td>Kat. M3</td> <td>Mädchen 3. Klasse</td> <td>8 Posten 3.5 km, 30 m Hd.</td> </tr> </table>	Kat. K3	Knaben 3. Klasse	10 Posten 4 km / 40 m Hd.	Kat. M3	Mädchen 3. Klasse	8 Posten 3.5 km, 30 m Hd.
Kat. K3	Knaben 3. Klasse	10 Posten 4 km / 40 m Hd.					
Kat. M3	Mädchen 3. Klasse	8 Posten 3.5 km, 30 m Hd.					
Ort:	Hönggerberg						
Anreise:	<p>ab Zürich HB, Bahnhofquai Bus 46 bis Wieslergasse, dann Bus 38 bis Schützenhaus Höngg (Endstation). Oder Bus 69 von Bucheggplatz bis Waidspital und dann Bus 38 bis Schützenhaus Höngg.</p> <p>► Vom Hauptbahnhof bis Vorstart 45 Min einberechnen!</p>						
Vorstart:	<p>Schützenhaus Höngg Hier können Kleider deponiert werden. Es gibt keine Garderobe.</p>						
Ablauf:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Am Vorstart: Warten bis Aufruf um zum Start zu gehen. 2. Am Start: Karte, Startnummer und Badge entgegennehmen. 						
Bitte pünktlich!	Es starten ca. 60 Teams. Damit kein Chaos entsteht, müssen sich die Teams mindestens 15 Minuten vor der Startzeit beim Vorstart melden!						
Klassierung:	Nur wer alle Posten vollständig und in der vorgeschriebenen Reihenfolge quittiert, wird klassiert.						
Karte:	OL Karte Hönggerberg 2022 1:10'000						
Posten:	Die rot-weissen Postenflaggen hängen ca. 1m über Boden. Am Posten muss die Elektronikeinheit mit dem Elektronikchip quittiert werden. Blink- und Piepsignal abwarten. Nur wenn die Elektronikeinheit nicht funktioniert, muss mit der Knipszange auf die Karte gestempelt werden.						
Kompass:	Wer mit Kompass laufen will, muss seinen eigenen mitnehmen.						
Bekleidung:	Lange Hosen , evtl. alte Turnschuhe (nass, dreckig, Dornen und Zecken).						
Wichtig:	Möglichst auf Waldwegen laufen, keine ungemähten Wiesen überqueren!						

Schlagball 1. Klasse – Allgemeine Infos

- Ort Wiese Sportanlage Hardhof
- Spieldauer 14 Minuten + 1 Minute für Wechsel
Jedes Team ist einmal Schlag- und einmal Fangpartei. Das erstgenannte Team beginnt als Schlagpartei.
- Modus Es spielt jeder gegen jeden, danach Finalspiel um 1. und 2. Rang.
Für die Rangierung zählt:
1. Anzahl der erspielten Siegpunkte
 2. Direkte Begegnung
 3. Verhältnis der erspielten Punkte aus allen Begegnungen
 4. Losentscheid durch die Turnierleitung
- Bälle Es wird mit den grossen Soft-Baseballs gespielt.
- Teams 1 Team pro Klasse, max. 20 Spieler:innen (zu grosse Klassen haben Auswechselspieler:innen, Spieler:inzahl angepasst an das kleinere Team)
- Regeln
- Schläger:innen
- Allein die schlagende Person steht zum Schlagen beim Schlagmal. Schlag vom T, maximal 3 Versuche. Der Schlag ist erst erlaubt, wenn der/die Schiedsrichter:in gepfiffen hat. Nach dem Schlag muss die Person den Schläger ablegen und zum Startmal gehen. Sie darf nicht mehr zum Schlagmal zurück.
 - Der Ball ist gültig, wenn er über die Grundlinie fliegt.
 - Überfliegt der geschlagene Ball eine der Seitenauslinien vor dem 1. oder 2. Laufmal, ist er out und zählt als Fehlschlag. Fängt das Feldteam den Ball vor dem Auftreffen auf den Boden ab, gilt er als angenommen. Alle Bälle, die hinter dem 1. und 2. Laufmal landen, sind gültig, auch seitlich der Seitenauslinien.
 - Nach 3 Fehlschlägen geht die Person zum Startmal.
- Läufer:innen
- Es dürfen beliebig viele Spieler:innen laufen. Achtung: „Aushungern“
 - Wer sich einmal beim Startmal aufgestellt hat, darf nicht mehr zum Schlagmal zurück.
 - Wer das Mal verlassen hat d.h. mehr als einen Schritt gemacht hat, muss laufen.
 - Luftsprünge zum Mal sind nicht gültig.

- Läufer:innen, die sich zum Zeitpunkt des Brennens (Ball liegt im Reifen) zwischen Laufmalen befinden, müssen 1 Laufmal zurückgehen.

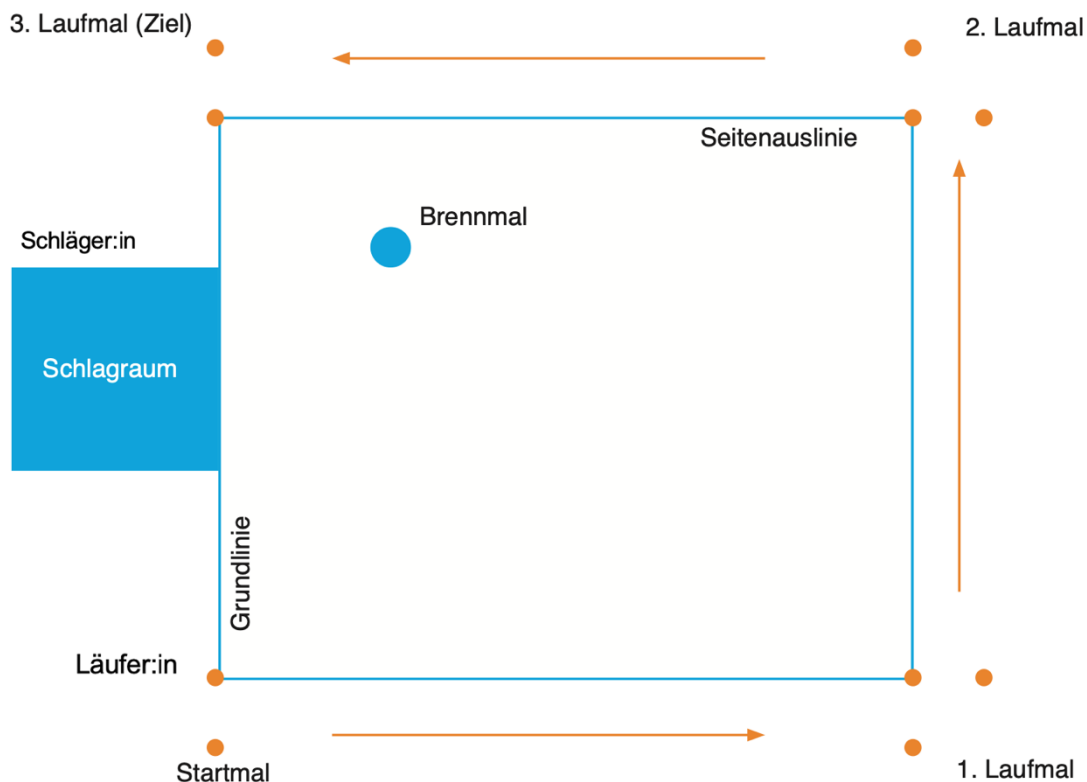
Feldteam

- Das Feldteam versucht, den Ball so schnell als möglich zum Brennmal (= Reifen) zu spielen.
- Der Ball muss in den Reifen gelegt werden.
- Das Feldteam darf den Laufweg nicht absichtlich versperren. In der Zone direkt vor dem Schlagraum bis zum Brennmal dürfen keine Feldspieler:innen stehen.

Punkte

- Lauf mit Unterbrechung = 1 Punkt für Läufer:in-Team
- Lauf ohne Unterbrechung / Doppellauf / „Home-Run“ = 2 Punkte für Läufer:in-Team
- Fangball = 1 Punkt für Feldmannschaft
- Pro „verbrannter“ laufender Person = 1 Punkt für Feld-Team

Spielfeld:



Schlagball 1. Klasse – Spielplan

Zeit	Platz 1	Platz 2
12.45 – 12.55	Informationen für alle Teams	
13.00 – 13.15	1b - 1e	1a - 1d
13.20 – 13.35	1d – 1f	1e - 1c
13.40 – 13.55	1a - 1e	1f - 1b
14.00 – 14.15	1c - 1d	1b - 1a
14.20 – 14.35	1d - 1b	1e - 1f
14.40 – 14.55	1f - 1c	1e - 1d
15.00 – 15.15	1f - 1a	1b - 1c
15.20 – 15.35	1c - 1a	
15.45 – 16.00	Finalspiel um Rang 1 und 2	

Fussball 2. Klasse – Allgemeine Infos

Info/Resultate	Beim Turniertisch
Teamgrösse	5 Feldspieler:innen + 1 Torhüter:in
Spieldauer	12 Minuten. 3 Minuten Pause.
Schiedsrichter:innen	12.30 Uhr: Besammlung beim Turniertisch
Anspiel	Erstgenanntes Team hat Anspiel.
Spielleibchen	Das erstgenannte Team zieht farbige Leibchen über. Die Schiedsrichter:innen sammeln die Leibchen am Ende des Spiels ein.
Ausrüstung	Normale Turnschuhe, Tausendfüssler oder Nockenschuhe.
Regeln	Mit Rückpassregel. Ohne Offside. Kein Abstoss, nur Auskick oder Abwurf. Auswechseln nur in der eigenen Platzhälfte bei Spielunterbruch. Bei Punktgleichheit entscheidet: 1. Direkte Begegnung, 2. Tordifferenz, 3. Los.
Spielmodus	Knaben: 2 Fünfergruppen. Alle spielen gegen alle. Halbfinal: Jeweils das gruppenerste Team gegen das gruppenzweite Team. Bei Unentschieden: Penaltyschiessen (3 Spieler:innen). Final: die Sieger:innen des Halbfinals spielen um Platz 1 und 2. Bei Unentschieden: Verlängerung bis Torerfolg. Nach 5 Minuten Verlängerung ohne Torerfolg: Penaltyschiessen (3 Spieler:innen) Mädchen: 3 Gruppen (A, B, C) à 4-5 Teams. Alle spielen gegen alle. Viertelfinal: Die Erst- und Zweitplatzierten kommen jeweils pro Gruppe weiter plus die 2 besten Drittplatzierten. Halbfinal: Sieger:innen vom Viertelfinal kommen weiter. Bei Unentschieden: Penaltyschiessen (3 Spieler:innen). Final: Die Sieger:innen der Halbfinals spielen um Platz 1 und 2. Bei Unentschieden: Verlängerung bis Torerfolg. Nach 5 Minuten Verlängerung ohne Torerfolg: Penaltyschiessen (3 Spieler:innen)

Spielmodus

- Gruppenspiele: A und B, 5.-7. Rang scheiden aus. Gruppenerste bis Gruppenvierte spielen Rangspiele
- Es gelten die offiziellen Regeln; Die Spiele dauern 12 Minuten, Seitenwechsel nach Halbzeit, es wird weitergezählt
- Service hinter der Grundlinie = Service nur von unten, Service im Feld (max. 2m) = Service mit 10-Finger-Pass.
- **Nach 3 Service wechselt die aufschlagende Person**
- Einwechseln vor dem eigenen Service
- Sieg: 3 Punkte, Unentschieden: 1 Punkt
- Bei Punktegleichheit zählt die direkte Begegnung vor dem Punkteverhältnis

Fussball Herren 4. – 6. Klasse – Allgemeine Infos

Info/Resultate	Beim Turniertisch
Teamgrösse	6 Feldspieler:innen + Torhüter:in
Anspiel	Das erstgenannte Team spielt an.
Spielleibchen	Das erstgenannte Team zieht farbige Leibchen über. Der/die Schiedsrichter:in sammelt die Leibchen am Ende des Spiels ein.
Ausrüstung	Turnschuhe, Tausendfüssler oder Nockenschuhe.
Regeln	<p>Mit Rückpassregel! Ohne Offside. Kein Abstoss, nur Auskick oder Abwurf. Auswechseln nur in der eigenen Platzhälfte bei Spielunterbruch.</p> <p>Bei Punktegleichheit entscheidet:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Direkte Begegnung2. Tordifferenz3. Los.
Spielmodus	<p>Gruppenspiele: Innerhalb der Gruppe alle gegen alle. Gruppendritte, Gruppenvierte und Gruppenfünfte scheiden aus.</p> <p>Kreuzfinalspiele: 1. Gruppe A gegen 2. Gruppe B, 2. Gruppe A gegen 1. Gruppe B</p> <p>Finalspiele: Sieger:innen der Kreuzfinalspielen gegeneinander (1./2. Rang). Verlierer:innen der Kreuzfinalspielen gegeneinander (3./4. Rang).</p> <p>Bei Unentschieden in Finalspielen: Penaltyschiessen mit 3 Spieler:innen</p>
Spieldauer	12 Minuten. Pause: 3 Minuten.
Schiedsrichter:in	12.30 Uhr: Besammlung beim Turniertisch

Fussball Damen 4. - 6. Klasse – Allgemeine Infos

Info/Resultate	Beim Turniertisch
Teamgrösse	6 Feldspieler:innen + Torhüter:in
Anspiel	Das erstgenannte Team spielt an.
Spielleibchen	Das erstgenannte Team zieht farbige Leibchen über. Der Schiedsrichter:in sammelt die Leibchen am Ende des Spiels ein.
Ausrüstung	Turnschuhe, Tausendfüssler oder Nockenschuhe.
Regeln	<p>Mit Rückpassregel! Ohne Offside. Kein Abstoss, nur Auskick oder Abwurf. Auswechseln nur in der eigenen Platzhälfte bei Spielunterbruch.</p> <p>Bei Punktegleichheit entscheidet:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Direkte Begegnung2. Tordifferenz3. Total geschossene Tore4. Los.
Spielmodus	<p>Gruppenspiele: Innerhalb der Gruppe alle gegen alle. gruppendrittes Team und gruppenviertes Team scheiden aus.</p> <p>Kreuzfinalspiele: 1. Gruppe A gegen 2. Gruppe B, 2. Gruppe A gegen 1. Gruppe B</p> <p>Finalspiele: Sieger:innen der Kreuzfinalspiel gegeneinander (1./2. Rang). Verlierer:innen der Kreuzfinalspiel gegeneinander (3./4. Rang).</p> <p>Bei Unentschieden in Finalspielen: Penaltyschiessen mit 3 Spieler:innen</p>
Spieldauer	12 Minuten. Pause: 3 Minuten.
Schiedsrichter:in	12.45 Uhr: Besammlung beim Turniertisch

Spielmodus

- Gruppenspiele: A und B, 5.-7. Rang scheiden aus. Gruppenerstes Team bis gruppenviertes Team spielen Rangspiele
- Es gelten die offiziellen Regeln; Die Spiele dauern 12 Minuten, Seitenwechsel nach Halbzeit, es wird weitergezählt
- Service hinter der Grundlinie = Service von unten oder oben, Service im Feld (max. 2m) = Service von unten
- **Nach 3 Service kommt der/die nächste:r Spieler:in zum Aufschlag**
- Für Grundspieler:Innen Block und Angriff am Netz nicht erlaubt
- Einwechseln vor dem eigenen Service
- Sieg: 3 Punkte
- Unentschieden: 1 Punkt
- Bei Punktgleichheit zählt die direkte Begegnung vor dem Punkteverhältnis