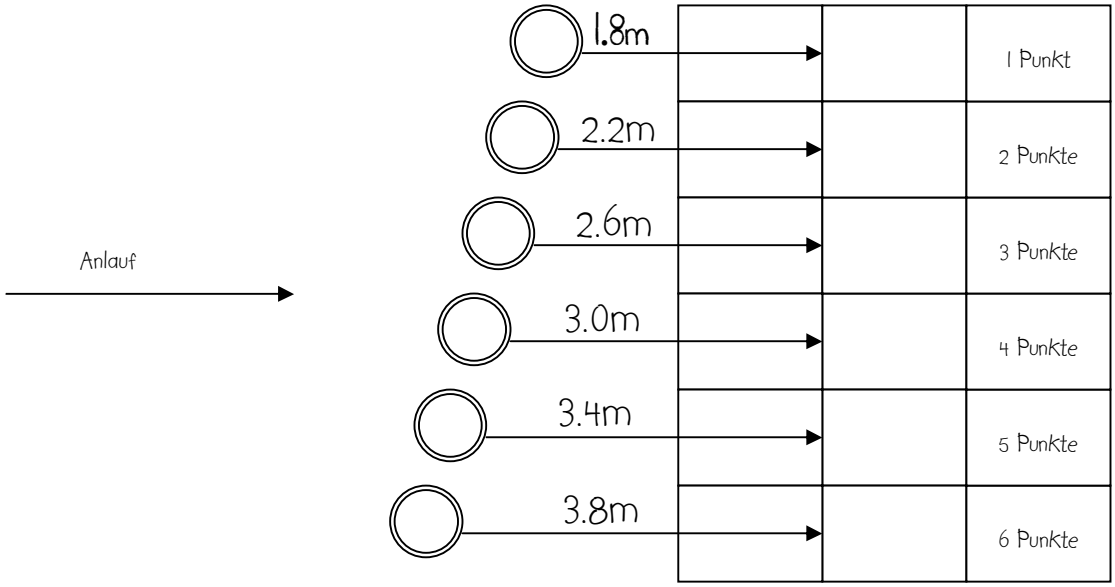
Kategorie B

Sprung

Material
- 6 Reifen
- 18 dünne Matten

Helfer
- 1 Person (Kontrolle Absprung)
- 1 Person (Kontrolle Landung, Punkte)



Es werden sechs verschiedene Bahnen bereitgestellt, bei denen unterschiedlich grosse „Wassergräben" übersprungen werden müssen. Der Absprung erfolgt im Reifen und die Landung auf der zweiten Matte. Jedes Mannschaftsmitglied wählt aus, welche Bahn es springen möchte. Pro Person sind zwei Versuche erlaubt. Der Versuch ist nur gültig, wenn die zweite Matte ganz erreicht wird und der Absprung ohne Berührung des Reifens erfolgt ist. Es werden beide Versuche gewertet.

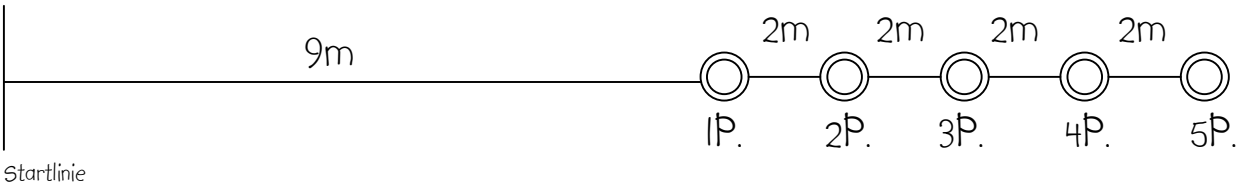
Appenzeller Kantonalbank
Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden
die Mobiliar
JAKO sportbaumann appenzell
Appenzeller Druckerei
app-tv.ch

Kategorie B

Sprint

Material
- 5 Gummiringe
- 1 Stoppuhr
- Klebeband

Helfer
- 1 Person (Zeit)
- 1 Person (Punkte)



Ein Mannschaftsmitglied hat sieben Sekunden Zeit, um einen Ring aus der Distanz seiner Wahl zu holen. Je nach Ring sind 1 bis 5 Punkte zu gewinnen. Jedes Mannschaftsmitglied hat 2 Versuche. Es werden beide Versuche gewertet.

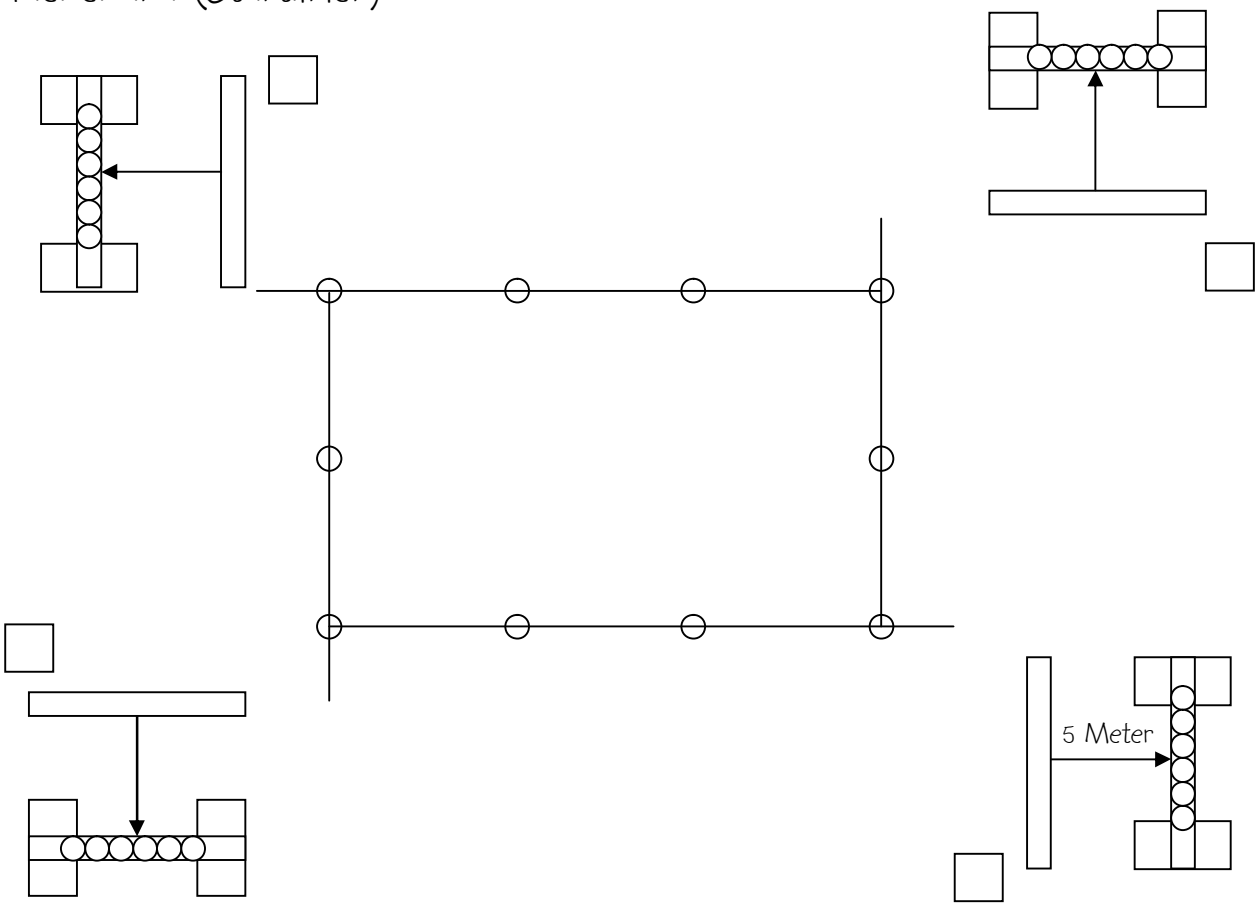
Appenzeller Kantonalbank
Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden
die Mobiliar
JAKO sportbaumann appenzell
Appenzeller Druckerei
app-tv.ch

Kategorie B

Biathlon

Material
- 8 Langbänke
- 24 Töggel
- 4 Kisten
- 40 Tennisbälle
- 8 Schwedenkasten
- 10 Malstäbe
- 1 Stoppuhr
- Klebeband (Startlinien)

Helfer
- 4 Personen (Runden)
- 4 Personen (Tennisbälle, Treffer)
- Speaker (Zeit)



Jedes Mannschaftsmitglied versucht innerhalb 3 Minuten möglichst viele Runden zu laufen. Jede Laufrunde gibt einen Punkt. Nach jeder absolvierten Runde muss ein Wurf mit einem Tennisball erfolgen. Wird mit dem Tennisball ein Töggel umgeworfen, erhält die Mannschaft einen zusätzlichen Punkt.

Appenzeller Kantonalbank
Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden
die Mobiliar
JAKO sportbaumann appenzell
Appenzeller Druckerei
app-tv.ch