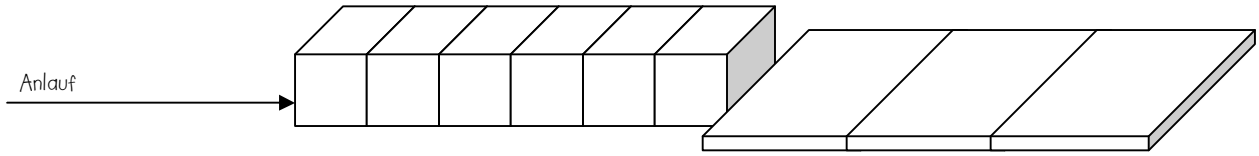
Kategorie C

Sprung

Material
- 6 Schaumstoffwürfel
- 3 dünne Matten

Helfer
- 1 Person (Gültigkeit Sprung)
- 1 Person (Schaumstoffwürfel legen)



Jedes Mannschaftsmitglied wählt aus, ob es über 2, 3, 4, 5 oder 6 Schaumstoffwürfel springen will. Die Schaumstoffwürfel haben die Grösse einer Bananenschachtel. Pro Person sind zwei Versuche erlaubt. Der Versuch ist nur dann gültig, wenn die Würfel unberührt übersprungen werden. Es werden beide Versuche gewertet.

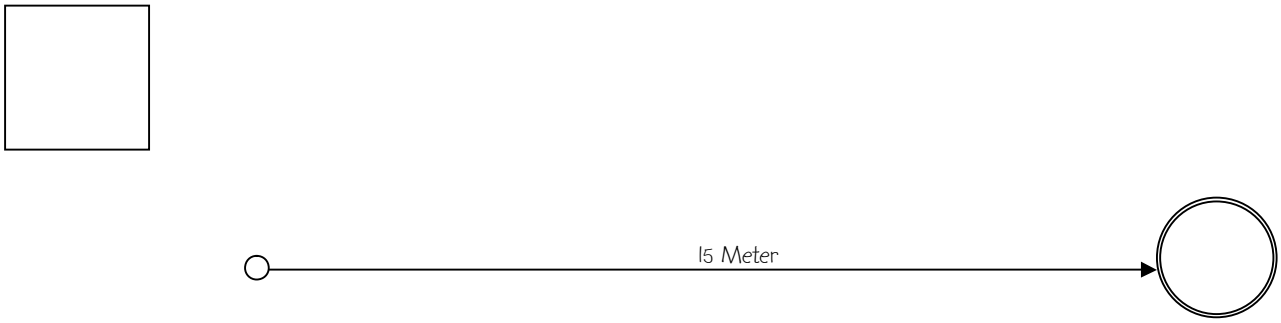
Appenzeller Kantonalbank
Spitalverbund Appenzell Ausserrhoden
die Mobiliar
JAKO sportbaumann appenzell
Appenzeller Druckerei
app-tv.ch

Kategorie C

Sprint

Material
- Zahlkarten 1-16
- Klebeband
- 1 Reif
- 1 Malstab
- 1 Stoppuhr

Helfer
- 1 Person (Zeit)
- 1 Person (Übergabe)



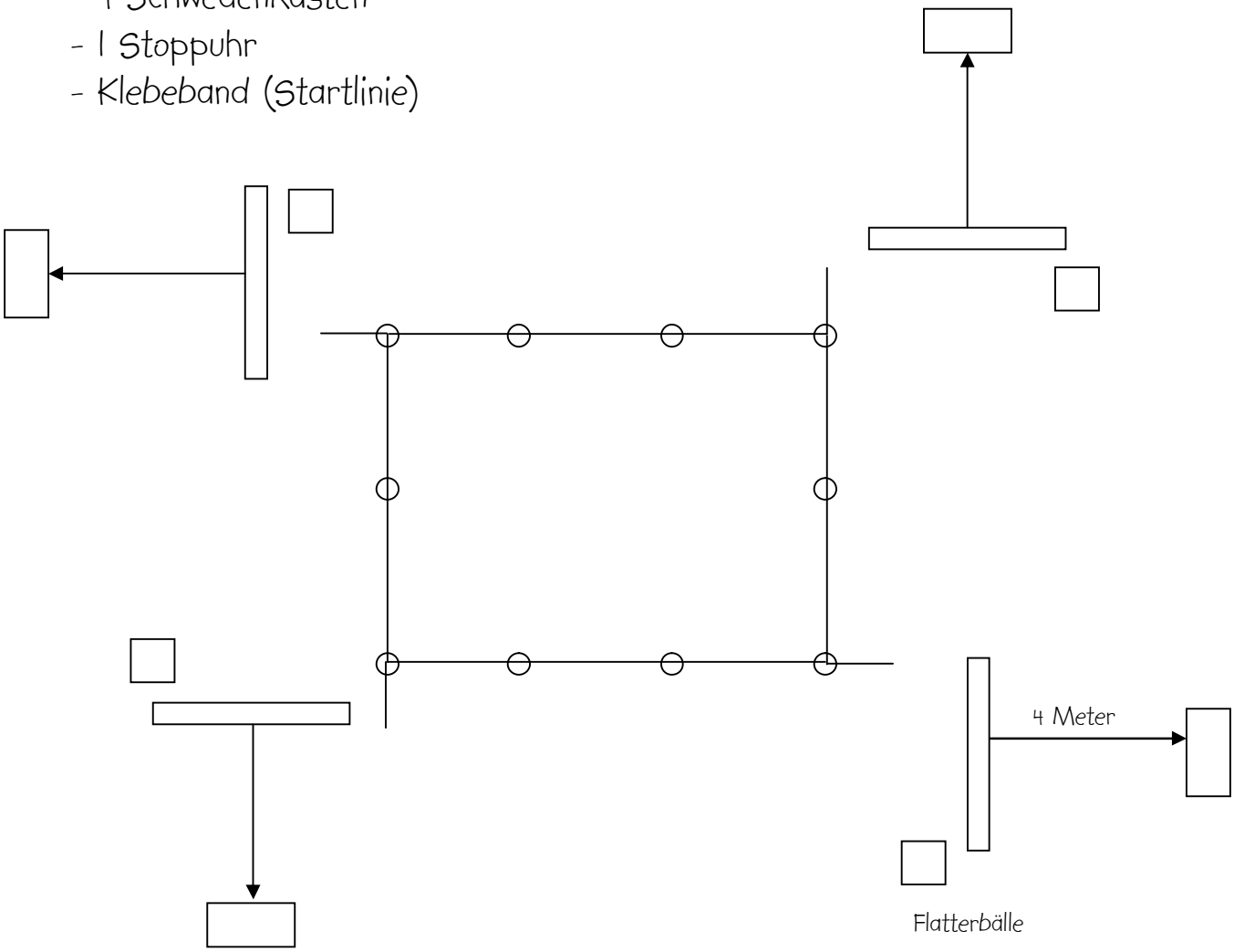
Die Mannschaft versucht in möglichst kurzer Zeit Spielkarten von einer markierten Zone in die andere markierte Zone zu bringen und dort in der richtigen Reihenfolge hinzulegen.
Die Spielkarten liegen 15m vom Start entfernt in einem Reif. Die Läufer rennen abwechslungsweise zum Reif, nehme eine Spielkarte mit und rennen zurück zur Mannschaft. Dort wird mittels Handklatsch (erfolgt hinter dem Malstab) an das nächste Kind übergeben. Die Spielkarten müssen in der markierten Zone in die richtige Reihenfolge (1-16) gebracht werden.

Kategorie C

Biathlon

Material
- 4 Langbänke
- 40 Flatterbälle
- 4 Kisten
- 10 Malstäbe
- 4 Schwedenkasten
- 1 Stoppuhr
- Klebeband (Startlinie)

Helfer
- 4 Personen (Runden)
- 4 Personen (Flatterbälle, 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 Flatterball erfolgen. Wird der Flatterball in den Schwedenkasten getroffen, erhält die Mannschaft einen zusätzlichen Punkt.

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