

**Durchführung der Eisgewandtheitsläufe  
für die Normerfüllung 2017/2018**



- Die Abnahme der jeweiligen Eisgewandtheitsläufe für die Erfüllung der Kaderkriterien Landeskader erfolgt durch den verantwortlichen Landestrainer und den Nachwuchstrainer mit Scoutingfunktion einmalig an den jeweiligen Stützpunkten oder bei stützpunktübergreifenden, durch die Landestrainer organisierten Überprüfungen.
- Im Rahmen dieser Überprüfung sind zwei Wertungsläufe möglich. Der beste Lauf geht in die Wertung ein.
- Die Termine für die Überprüfungen sind bis zum 31.12.2017 durch die jeweiligen Stützpunktleiter oder Landestrainer mit dem Nachwuchstrainer mit Scoutingfunktion abzustimmen.
- Die Abnahme der Eisgewandtheitsläufe erfolgt bis spätestens 16.3.2018.
- Bei Krankheit oder Verletzung ist ein Nachholtermin möglich. Auch dieser wird bis zum 16.3.2018 nach Absprache mit dem Nachwuchstrainer mit Scoutingfunktion durchgeführt.

Stand 24.5.2017

Jenny Wolf

DESG Nachwuchstrainer mit Scoutingfunktion



## Eisgewandtheitslauf A 2017

Gestartet wird einzeln an der Startlinie (S).

Nach dem Start sprintet der Läufer 49 m und stoppt auf der rechten Schlittschuhkante hinter der Stopplinie (1). Wendung und Sprint zur Mittellinie. Erneutes Stoppen auf der rechten Schlittschuhkante hinter der Linie (2). Wendung und Sprint zur Linie B, dort erneutes Stoppen hinter der Linie (3).

Lauf zum Mittelkreis und Umlaufen des Mittelkreises im Uhrzeigersinn (4). Weiterlaufen zum Beginn des Slaloms. Slalom durch die Kegel, Abstand 3 m (5). Zwischen dem 12. und 13. Kegel erfolgt eine Drehung in den Rückwärtslauf (6). (Der weitere Weg bis zum Ziel wird im Rückwärtslauf zurückgelegt.)

Nach Umlaufen des 13. Kegels Rückwärtslauf zum Mittelkreis und Umlaufen des Kreises entgegen des Uhrzeigersinns (7), anschließend Lauf zu dem Beginn des Slaloms und Rückwärtsslalom bis in das Ziel (8).

Der Lauf ist beendet, wenn eine Schiene die Ziellinie (Z) schneidet.

### Hinweise:

Das Stoppen hat hinter der jeweiligen Markierungslinie zu erfolgen und ein Stillstand des Schlittschuhs muss zu erkennen sein. Beim Bremsen muss das linke Bein sichtbar abgehoben sein. Der Einsatz des linken Beins darf erst dann erfolgen, wenn der Start in die neue Laufrichtung erfolgt.

Beim Umlaufen der Kegel müssen sich beide Schlittschuhe links und rechts der Kegelachse befinden.

### Strafzeiten:

#### Allgemein

- Verschieben von Kegeln und Markierungen – jeweils 0,5 Strafsekunden

#### Stoppen

- Vorzeitiges Einsetzen des linken Beins – 2 Strafsekunden
- Kein Stillstand des Schlittschuhs erkennbar – 2 Strafsekunden

### Disqualifikation:

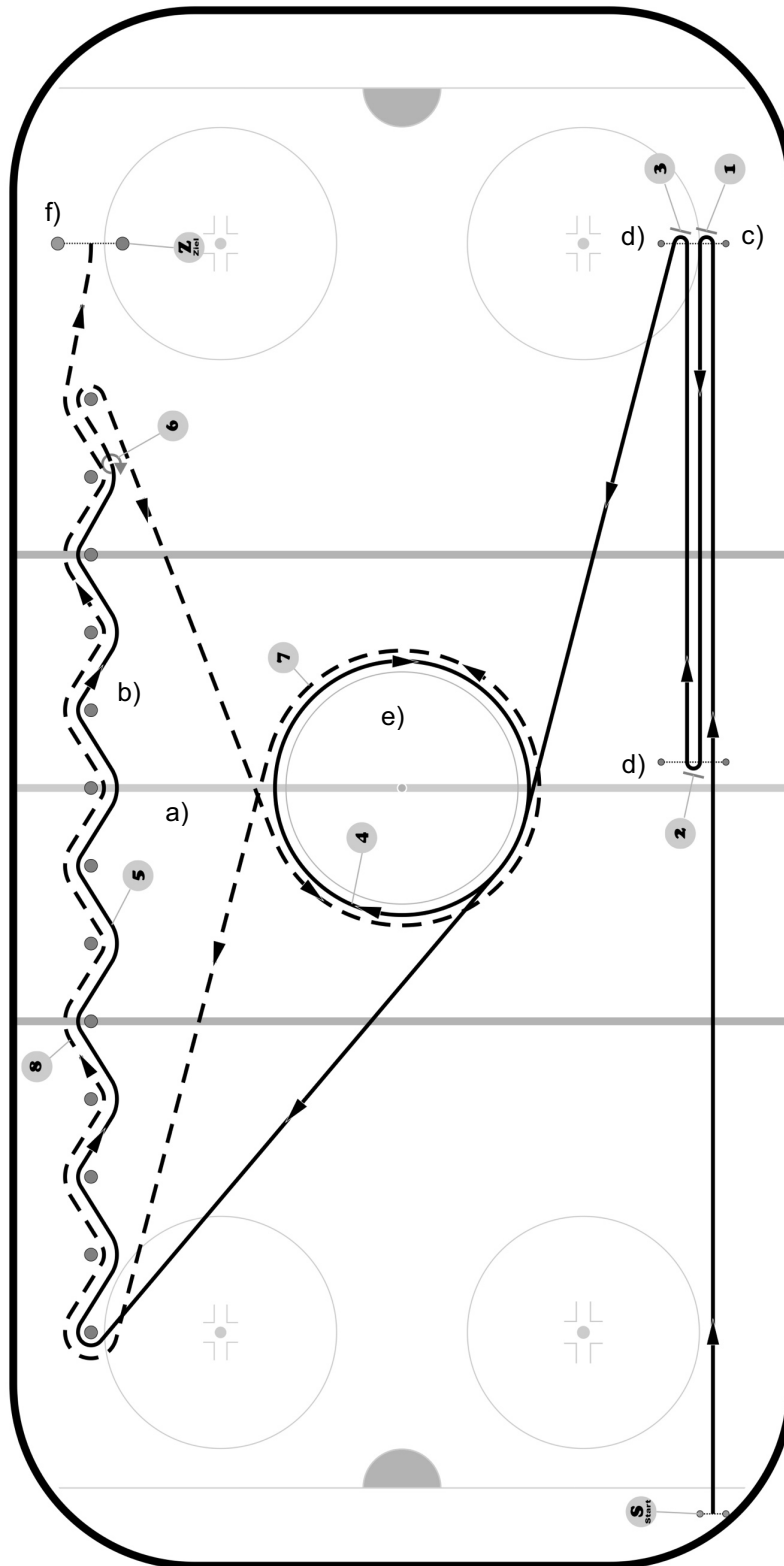
- Stoppen auf dem falschen Bein
- Stoppen vor der Markierungslinie
- Auslassen von Kegeln
- Verschieben von mehr als 3 Kegeln und Markierungen
- Beim Passieren der Kegel sind nicht beide Schuhe deutlich neben den Kegeln
- Zu spätes Drehen in den Rückwärtslauf

Bei einem Sturz muss der Lauf an der Stelle des Sturzes wiederaufgenommen werden. Durch Sturz eventuell verschobene Kegel und Markierungen müssen anschließend an ihrer gedachten Position umlaufen werden.

Unsportliches Verhalten (bewusstes Abkürzen und Auslassen von Anforderungen o.ä.) wird mit Disqualifikation bestraft.

*Für die Erfüllung der Normen Eisschnelllauf muss der Gewandtheitslauf auf Eisschnelllaufmaterial = Klappschlittschuhe ab D1 durchgeführt werden.*

### Eisgawandtheitslauf A



- a) Abstand Kegelreihe zu Mittelpunkt = 12 m
- b) Abstand der Kegel = 3 m
- c) Bremsen (1) und (3): Markierung der Stopplinie = 24 m von der Mittellinie (49 m entfernt vom Start)
- d) Abstand innere Bremsmarkierungen vom Mittelpunkt = 11m
- e) Durchmesser Mittelkreis = 9 m
- f) Abstand Ziel von Mittellinie = 24 m

## Eisgewandtheitslauf B Ü



### **Aufbau und Ausführung gemäß DWA 2013:**

Nach dem Startschuss Sprint zur 10m-Linie, Stoppen mit Rechtsdrehung, hinter der Linie (in Laufrichtung), beide Schlittschuhe müssen sich hinter der Linie befinden (1), zurück sprinten zur Startlinie, wiederum Stoppen mit Rechtsdrehung hinter der Startlinie (2).

Vorwärtslauf zum 1. Kegel, links vor diesem Drehung zum Rückwärtslauf. Diese Drehung muss beim Passieren der 10m - Linie vollzogen sein (3).

Slalom im Rückwärtslauf um die Kegelreihe (4).

Nach Passieren des 7. Kegels muss die Drehung zum Vorwärtslauf erfolgen (5).

Umlaufen des 8. Kegels im Gegenuhrzeigersinn und wiederum Slalomlauf um die Kegelreihen vorwärts (6).

Der Lauf ist beendet, wenn eine Schlittschuhspitze die Ziellinie schneidet (Z).

### **Hinweise und Strafzeiten:**

Siehe [Deutsche Wettkampfanleitung Eisschnelllauf 2013](#)

*Für die Erfüllung der Normen Eisschnelllauf muss der Gewandtheitslauf auf Eisschnelllaufmaterial = Klappschlittschuhe ab D1 durchgeführt werden.*

### Eisgewandtheitslauf B Ü

