

# J+S-Kids: Einführung Ringen - Lektion 10

## Rookies Turnier

### Autor

Expertenteam J+S-Kids Ringen

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input checked="" type="checkbox"/> einfach <input checked="" type="checkbox"/> mittel <input type="checkbox"/> anspruchsvoll (je nach Turnierart und Teilnehmerfeld)
Empfohlenes Alter	5 bis 10-Jährige, je nach Fähigkeiten und Fertigkeiten
Gruppengrösse	6 bis 12 (ca. gleich schwer) ein Leiter, bis 18 zwei Leiter, bis 24 drei Leiter
Kursumgebung	Mattenviereck in Halle oder Ringerkeller
Sicherheitsaspekte	Siehe Hinweise im Dokument «J+S-Kids Grundlagen Ringen»

### Zielsetzungen/Lernziele

Die Kinder sammeln erste Wettkampferfahrungen in spielerischer Form.

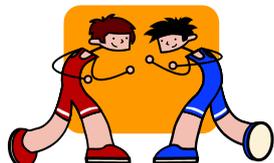
### Hinweise

Bei der Durchführung des Turniers sollte mindestens ein J+S-Leiter Ringen vor Ort sein. Dieser ist für die Einleitung allgemeiner Ringerregeln wie Fairplay, Punkteregeln, Schultersieg und der kleinen Griffschule zuständig.

Für die Durchführung wird empfohlen eine Ringermatte zu benutzen oder eine andere Matte, welche keine Zwischenräume (Spalte) zwischen den einzelnen Matten zulassen darf (Verletzungsgefahr!).

Dieses Turnier kann nach Abschluss/Durchführung der Kids-Lektionen 1-9 oder für reine Einsteiger durchgeführt werden.

### Inhalte



## Rookies-Turnier

Der englische Begriff Rookies bedeutet Anfänger, Neuling, ...

Das Rookies-Turnier richtet sich an Anfänger (Mädchen und Knaben) im Kindergarten- und Primarschulalter, welche das Ringen auf einer Matte entdecken wollen.

Der schweizerische Ringerverband hat diese Turnierform in Zusammenarbeit mit dem Expertenteam J+S-Kids ausgearbeitet. Das Ziel dieser Lektion ist es, Kinder in der ganzen Schweiz das Ringen auf spielerische Art entdecken zu lassen.

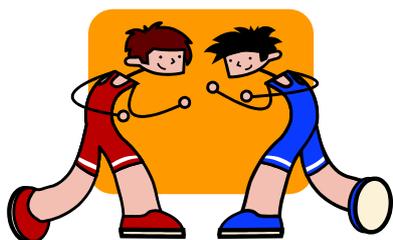
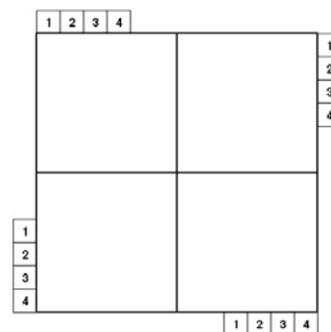
Wie organisiert man ein Rookies-Turnier?

1. Kontakt mit den Schulbehörden aufnehmen (Kindergarten und Primarschule)
2. Ein Datum bestimmen und die Halle reservieren (z.B. ein Samstagnachmittag)
3. Einladungen, Flyers und Ausschreibung zu diesem Turnier verteilen
4. Möglichkeit prüfen, ob man einige Schnupperstunden (J+S-Kids Lektionen) in der Schule zur Vorbereitung durchführen kann (in Absprache mit den Lehrpersonal)
5. Mehr Informationen zum Sport sind auf der Website von [Swiss Wrestling](#) zu finden.



## Organisation des Rookies-Turniers

1. Einschreiben auf Anmeldung oder vor Ort.
2. Abwiegen in Turnhose und T-Shirt.
3. Einteilung in Vierer-Gruppen (nach Gewicht, Alter und bestehende Ringerkenntnisse).  
In der Regel wird höchstens 10% Gewichtsunterschied innerhalb einer Gruppe zugelassen.
4. Ein Trainer/Ringer leitet das gemeinsame Aufwärmen.
5. Kleine Ringerdemonstration mit zwei jungen Ringern eines Ringer-Klubs.
6. Kurze Regelkunde (Punkte, Schultersieg, Fairplay) durchführen.
7. Einringen in Zweiergruppen (darauf achten, dass gleich schwere Partner sich zusammen tun).
8. Falls mehr als vier Gruppen (16 Ringer) eingeschrieben sind, wird für die nicht im Einsatz stehenden Ringer ein Geschicklichkeitsparcours organisiert.
9. Vorstellung der Rookies-Gruppen (Vierergruppe, in einem Viertel der Matte: ca. 5 x 5 m). Die Ringer nehmen auf vier bereitgestellten Stühlen am Rande der Matte Platz (siehe Skizze rechts).
10. Die Kämpfe jeder Gruppe werden durch einen Coach/Animator geleitet (4 Ringer = 6 Kämpfe).  
Die Kämpfe dauern 2 Minuten und werden direkt nacheinander nach folgendem Plan durchgeführt (1:2, 3:4, 1:3, 2:4, 1:4, 2:3).
11. Rangverkündigung direkt nach der Durchführung der Kämpfe (Gold, Silber, 2 x Bronze) und Abgabe eines Preises (T-Shirt, Badetuch, Sporttasche, Trinken oder andere gesponserte Geschenke).  
Die Klassierung erfolgt nach folgenden Kriterien:
  - 1: Anzahl Siege
  - 2: direkte Begegnung
  - 3: Anzahl Einzelpunkte
12. Organisation und Betrieb eines Verpflegungsstands.
13. Bei der Rangverkündigung: Verteilen einer Einladung für 3 Monate Gratis-Training in einem Ringer-Klub oder in eurer Ringerschule (Piccolo)
14. Rangliste/Zeitungsartikel mit den Resultaten erstellen und publizieren.



## Die Rookies-Lizenz des SARV

Der Schweizerische Amateurringerverband bietet die Rookies-Lizenz allen Teilnehmer eines Rookies-Turnier für ein Jahr Gratis an. Diese Lizenz kann beim Lizenzchef unter Beilage der Rangliste eures Turniers beim angefordert werden. Adresse unter [www.ringen.ch](http://www.ringen.ch) (Rubrik SARV – Zentralvorstand). Die Lizenz erlaubt es den jungen Ringern an anderen Rookies-Turnieren oder an Piccolo- Jugendturnieren teilzunehmen (siehe SARV-Kalender). Informationen und Auskünfte beim Fachleiter J+S-Ringen und/oder Nachwuchschef SARV.