

# Leichtathletik – Hürden: Herausforderer

In dieser Stafetten-Übung für Fortgeschrittene versuchen die Läufer/innen die Hürdenbahn möglichst schnell zu überwinden. Bei der Wettkampfform gibt es für jede überlaufene Hürde einen Punkt.



Wer ist über die Hürdenbahn mit einer, zwei oder gar drei Hürden der/die schnellste Läufer/in? Verschiedenste Läufe mit immer neuen Gruppenzusammenstellungen ausführen.

## Variation

Teampunkte für den/die Sieger/in entsprechend der Anzahl Hürden + 1.

**Material:** Hürden

---

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**