

# Schneeschuhlauf



## Über die Sportart

- Schneeschuhe sind ein Hilfsmittel zur Fortbewegung in schneereichen Gebieten. Sie werden unter anderem beim (Ski-)Bergsteigen verwendet.
- Durch Schneeschuhe verteilt sich das Gewicht der Person, die sie trägt, auf eine größere Fläche und verhindert so ein Einsinken im Schnee.
- Die Sportart erfreut sich zunehmender Beliebtheit, da sie für alle Altersgruppen und auch für Athlet\*innen mit geringen koordinativen Fähigkeiten gut geeignet ist.

## Besonderheiten der Sportart bei Special Olympics

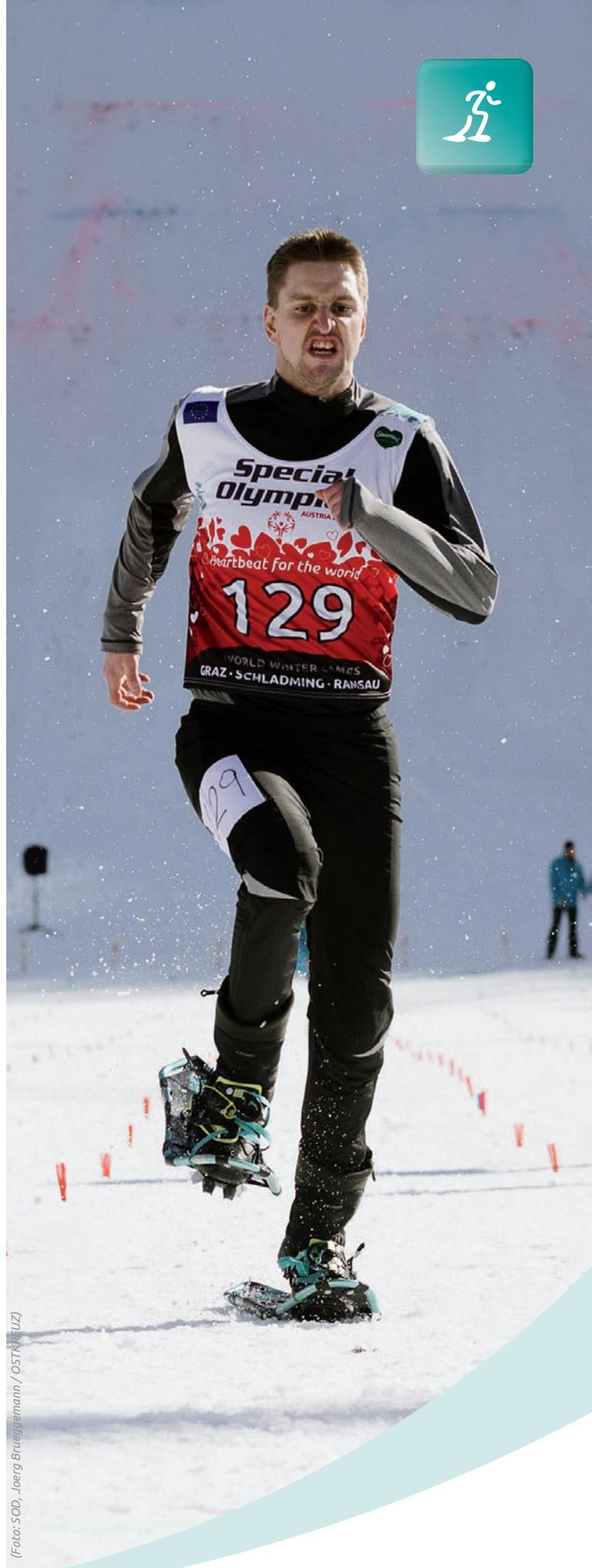
Schneeschuhlauf ist eine der wenigen nicht-olympischen Sportarten, die bei Special Olympics angeboten werden. Die World Snowshoe Federation [WSSF], die 2010 gegründet wurde, versteht sich als internationaler Fachverband der Sportart und bietet auf internationaler Ebene regelmäßig Wettbewerbe an. Obwohl die Sportart auch in den Alpenregionen immer beliebter wird, gibt es für die Sportart in Deutschland keinen offiziellen Fachverband.

## Informationen zum Regelwerk

Allen Regelwerken der Sportarten liegen Artikel 1 und die General Rules (offizielle Regelungen von Special Olympics International) zugrunde. Das vollständige Regelwerk von SOD, Informationen in Leichter Sprache sowie die sportartübergreifenden Regeln von SOI stehen über die folgenden Links zur Verfügung.

- ✓ **Regelwerk Schneeschuhlauf SOD**
- ✓ **Informationen in Leichter Sprache**
- ✓ **Artikel 1 [SOI]**
- ✓ **General Rules [SOI]**

Anders als bei den meisten Sportarten hat Special Olympics International (SOI) die Special Olympics Sportregeln für Schneeschuhlauf nicht auf der Grundlage des Regelwerks eines internationalen Fachverbandes erstellt. Die offiziellen Special Olympics Sportregeln für Schneeschuhlauf beinhalten die Standards von Special Olympics zu Aspekten wie u.a. Zielgruppen, Klassifizierung, Siegerehrung, Sicherheit und Rahmenprogramm. Sie haben zum Ziel, möglichst vielen Athlet\*innen aller Leistungsstufen die Möglichkeit zu geben, im Rahmen von Special Olympics an sportlichen Wettbewerben teilzunehmen.



(Foto: SOD, Joerg Braueggemann / OSTRATZ)

## Welche Disziplinen werden angeboten?

Disziplin	National	International
25-Meter-Rennen* // 50-Meter-Rennen* // 100-Meter-Rennen	X	X
200-Meter-Rennen // 400-Meter-Rennen // 800-Meter-Rennen	X	X
1600-Meter-Rennen // 5-Kilometer-Rennen	(X)**	X
10-Kilometer-Rennen	-	X
4x50-Meter-Pendelstaffel*	X	-
4x100-Meter-Staffel (Traditional und Unified)	X	X
4x200-Meter-Staffel (Traditional und Unified)	-	X
4x400-Meter-Staffel (Traditional und Unified)	X	X

\*Um in den Disziplinen 25-Meter-Rennen, 50-Meter-Rennen & 4x50-Meter Pendelstaffel zu starten, dürfen die Athlet\*innen die folgenden Zeiten nicht unterschreiten: 12 Sekunden auf 25m; 25 Sekunden auf 50m

\*\*Wettbewerbe über die Distanzen 1600m sowie 5km sollen in den kommenden Jahren etabliert werden. Die Athlet\*innen können diese Distanzen mit Begleitperson laufen.

## Die wichtigsten Informationen und Regeln

### Streckenlängen und Terrain

- Die Sprint-Distanzen (und Einsteigerdistanzen) über 25 bis 100 Meter sollten gerade sein. Bei einer kurvigen Strecke (ab 200m) wird mittels eines Wasserfallstarts gestartet.
- Die Rundkurs-Strecke (für Distanzen bis zu 800m) ist eine durchgehende 400-m-Runde, die eine Mindestbreite von 1 Meter für jede/n Sportler\*in haben muss. Die Strecke sollte flach angelegt sein und in allen Abschnitten gleich präpariert. Die Laufrichtung ist gegen den Uhrzeigersinn.
- Die Langstrecke (ab Distanzen über 1600m und mehr) sollte ein Kurs mit varianten- und abwechslungsreichem Terrain sein, der auch Steigungen und Gefälle enthält.

### Ausrüstung

- Der Rahmen des Schneeschuhs sollte nicht kleiner als 17,78 cm (breit) und 50,8 cm (lang) sein. Vom Werk vormontierte Zehen- und Fersenkrallen sind zulässig. Die Anbringung von zusätzlichen Spikes ist verboten.
- Das Schuhwerk der Sportler\*innen sollte stabil sein (z.B. Wanderschuhe) und durch ein direktes Bindungssystem mit den Schneeschuhen verbunden sein. Alle Athlet\*innen sollten winterfeste Laufhosen und Laufjacken sowie Handschuhe tragen. Wahlweise können Stöcke verwendet werden.
- Alle Athlet\*innen müssen dazu in der Lage sein, die Strecke ohne fremde Hilfe zu bewältigen.

### Hinweise zu Unified Sports®

- Informationen zum Unified Sports® hinsichtlich der verschiedenen Ansätze, der Durchführung und den Wettbewerbsbestimmungen sowie Ansprechpartner\*in von SOD sind auf der Homepage unter folgendem Link zu finden: **SO Unified Sports®**

## Ansprechpartner

### Special Olympics Deutschland e.V.

Sebastian Fabian - Schnee- & Wassersportarten

- ☎ +49 (0) 1573 5155 888
- ✉ sebastian.fabian@specialolympics.de
- 🌐 specialolympics.de/schneeschuhaulaf

**Martina Steinhäuser - Nationale Koordinatorin**  
martina.steinhaeuser@specialolympics.de