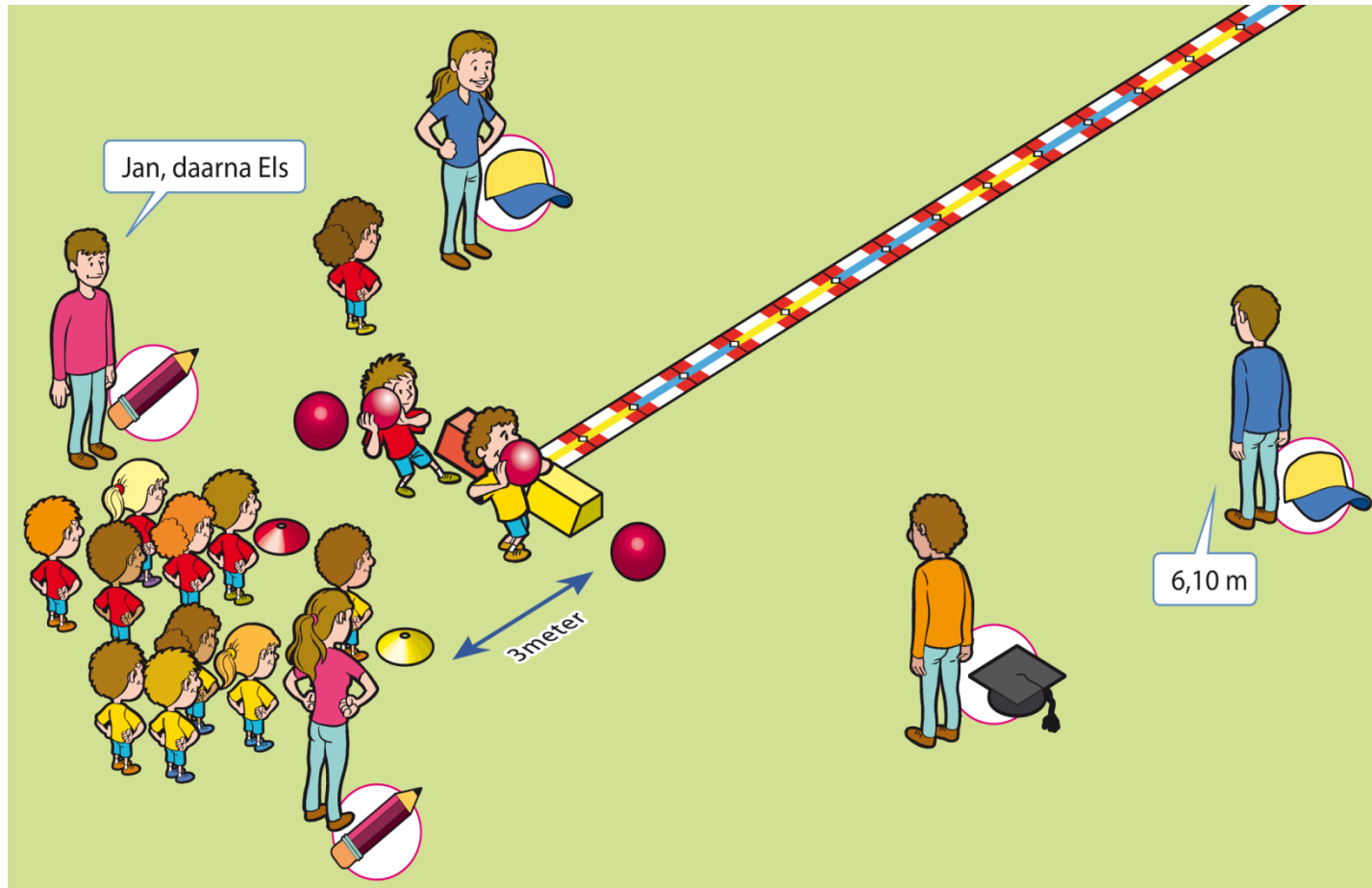


# 4b Stoten (medicienbal)

Lopen  
Werpen  
Springen

Bovenhands  
Stoten  
Slingeren

A-pupillen  
B-pupillen  
C-pupillen  
Mini-pupillen



## Taak atleet

### Stoot de medicienbal zo ver mogelijk weg

- maak een rijtje achter het hoedje welke overeenkomt met de teamkleur
- stoot op commando van de teambegeleider
- blijf bij het stoten van de bal achter het schuimblok
- gestoten? sluit achteraan in de rij
- B-pupillen stoten met medicienballen van 1½ kg. beginhouding: medicienbal met 2 handen vast boven schouder bij hals, een aanloopje vanaf het hoedje is toegestaan
- Mini/C-pupillen stoten uit stand met grote 1 kg medicienbal 2 handig vanaf de borst

## Taak hoofdjurylid

- houd toezicht op de veiligheid
- geef indien nodig aanvullende instructie zodat iedereen doet wat van hem wordt verwacht
- controleer of er juist wordt gemeten/genoteerd
- controleer of er met de juiste bal wordt gestoten op de juiste wijze

## Taak assistent jurylid

- ga op een veilige plaats naast de meetmat staan
- kijk waar de bal de grond raakt
- bepaal de afstand, op 10 cm nauwkeurig en geef deze door aan de teambegeleider
- rol de bal terug richting de teambegeleider of vraag een omstander dit te doen

## Taak teambegeleider

- stel de pupillen op achter het hoedje (met teamkleur)
- controleer of de beginhouding juist is
- geef het commando "klaar?!... stoten" en stem dit af met het andere team dat bij deze situatie aan het stoten is (tegelijk stoten)
- noteer de afstand (op 10 cm nauwkeurig) op het scoreformulier

## Materiaal (t.b.v. 2 situaties voor 4 teams)

- 4 medicienballen (1 kg, Ø20 cm)
- 4 medicienballen (1½ kg, Ø16 cm)
- 4 hoedjes (rood, geel, groen, blauw)
- 4 schuimblokken (1 rode, 1 blauwe, 1 gele, 1 groene)
- 2 meetmatten (12 meter lengte)
- 24 stalen haringen
- 1 hamer (voor bevestiging meetmat)