

KLuG Rope-Skipping ...

Speed

Wie der Name schon sagt, geht es bei der Unterdisziplin «Speed» des Rope-Skippings um Geschwindigkeit. Zu einer vorgegebenen Zeit müssen so viele Sprünge wie möglich absolviert werden. Dafür sind Technik und Präzision nötig. Gemäss dem Verband Rope Skipping Swiss liegt der Schweizer Rekord bei über 90 Sprüngen in 30 Sekunden – obwohl aufgrund des hohen Tempos nur jeder zweite Sprung gezählt wird!

«Speed» wird mit einem Drahtseil ausgeführt, das über eine geringe Reibungsfläche, aber dennoch das nötige Gewicht von rund 150 Gramm verfügt.

Weitere Infos:

www.klug.ch

www.ropeskippingswiss.ch

www.tvbaar.ch