



Regelwerk

Der Stock bleibt unter der Hüfte.

Kein Stock ist über Hüfthöhe! – Sicherheit geht vor.

Stochern und Stoßen ist verboten.

Wir „raufen“ nicht mit Gewalt, sondern mit Gefühl.

Kein Festhalten.

Der Stock des anderen darf nicht blockiert oder festgehalten werden.

Nicht werfen!

Der Stock bleibt in der Hand – er wird nicht geschmissen.

Das Ziel: Berührung an der Wade.

Es geht darum, den anderen leicht an der Wade zu treffen – nicht zu verletzen.

Nicht hart schlagen.

Kraft ist nicht das Ziel – Achtsamkeit schon.

Mit Respekt, Rücksicht und Anpassung.

Wir nehmen aufeinander Rücksicht – jede*r spielt anders.

Es ist ein Spiel.

Kein Sieg, kein Ernst – sondern Miteinander in Bewegung.

„Stopp“ heißt sofort anhalten.

Wenn jemand „Stopp“ ruft, wird die eigene Handlung sofort unterbrochen – ohne Ausnahme.

Hilfe holen:

Wer Unterstützung braucht, hebt Stock oder Hand – eine Teamer:in kommt sofort dazu.

Gleichzeitiger Kontakt?

Dann pausieren beide. Im 1:1 gibt es einfach eine Wiederholung.

Nur geprüfte Stöcke sind erlaubt.

Es dürfen nur markierte Stöcke verwendet werden – siehe Stockabnahme.

Der Hüter: in des Gleichgewichts hat das Wort.

Den Anweisungen der Spielleitung ist Folge zu leisten.

Starke achten auf Schwächere.

Wer kräftiger oder erfahrener ist, passt sein Verhalten entsprechend an.

Das Spielfeld

Ist markiert und darf nicht verlassen werden. Außerhalb des Spielfeldes ist es untersagt den Stock einzusetzen!