

# Ninja-Sport Regelwerk für Deutschland

Herausgegeben von der IG Ninja-Sport n.e.V., Copyright 2024

Gültig für 2026



Autoren: Alexander Wernet, Bastian Hauk, Christian Balkheimer, Frank Schmidpeter, Hannah Mees, Luca Kruger, Stefan Angermeier, Steffen Moritz, Yasin El Azzazy

# Verzeichnis

## Inhalt

|  |    |
|--|----|
| Verzeichnis.....   | 1  |
| Präambel.....  | 4  |
| Intention.....   | 4  |
| Grundsätze.....  | 4  |
| Gendersensibler Sprachgebrauch.....                                  | 4  |
| 1. Wettkampf-Durchführung.....                                       | 5  |
| 1.1. IGN-Regelwerk, Veranstalter-Regelwerk, Hindernis-Regelwerk..... | 5  |
| 1.1.1. Kommunikation der Regeln.....                                 | 5  |
| 1.1.2. Kommunikation von Ansprechpersonen.....                       | 5  |
| 1.1.3. Geltung und Regeländerungen.....                              | 6  |
| 1.1.4. Akkreditierung.....   | 6  |
| 1.2. Teilnehmerkreis.....  | 7  |
| 1.2.1. Ausschluss von Athleten.....                                  | 7  |
| 1.2.2. Ausschluss zum Schutz der Gesundheit.....                     | 7  |
| 1.2.3. Vorqualifikation.....   | 7  |
| 1.2.4. Teilnahmeverbot für Veranstalter und Helfer.....              | 7  |
| 1.3. Schiedsrichter.....   | 7  |
| 1.4. Einspruch Regelung.....   | 8  |
| 1.4.1. Anfechtungen des eigenen Laufs.....                           | 8  |
| 1.4.2. Anfechtung fremder Läufe.....                                 | 8  |
| 1.5. Behinderung und Vorteilsnahme.....                              | 9  |
| 1.5.1. Hilfsmittel.....  | 9  |
| 1.5.2. Behinderungen, Unterbrechung und Wiederholungsläufe.....      | 9  |
| 1.5.3. Tipps durch Organisatoren.....                                | 9  |
| 1.6. Strafmaß.....   | 10 |
| 2. Sicherheit.....   | 10 |
| 2.1. Verantwortung.....  | 10 |
| 2.2. Plattformen.....  | 10 |
| 2.3. Fallschutz.....   | 10 |
| 2.4. Erste-Hilfe.....  | 11 |
| 3. Wettkampfablauf.....  | 11 |
| 3.1. Startliste und Ergebnisliste.....                               | 11 |
| 3.2. Startreihenfolge.....   | 11 |
| 3.3. Verhinderung.....   | 11 |
| 3.4. Warm-Up.....  | 12 |
| 3.5. Änderungen im Ablauf.....                                       | 12 |

|  |           |
|--|-----------|
| 3.6. Manipulation.....                               | 12        |
| 3.7. Einweisung in die Hindernisse.....              | 12        |
| 4. Ausschreibung und Meldung.....                    | 13        |
| 4.1. Fristen.....                                    | 13        |
| 4.2. Ausschreibung.....                              | 13        |
| 4.3. Wildcards.....                                  | 14        |
| <b>5. Divisionen.....</b>                            | <b>15</b> |
| 5.1 Alters- und Geschlechterklassen.....             | 15        |
| 5.2. Übergangsregelung Schwellenjahrgänge.....       | 15        |
| 5.3. Leistungsklassen.....                           | 15        |
| 5.4. Divisionen Definition.....                      | 16        |
| 5.4.1. Adaptive Athleten.....                        | 17        |
| 5.5. Division Fremdes Starten.....                   | 17        |
| 5.6. Wettkampfbaum und Vergleich der Divisionen..... | 17        |
| 5.7. Divisionsmodus: Gemischte Leistungsklassen..... | 18        |
| 5.8. Preise.....                                     | 18        |
| 6. Wettkampfmodi.....                                | 18        |
| 6.1. Auswahl des Modus.....                          | 18        |
| 6.2. Rundendauer.....                                | 18        |
| 6.3. Zeitstrafen/Boni.....                           | 19        |
| 6.4. Anzahl der Versuche.....                        | 19        |
| 6.5. Testen der Hindernisse.....                     | 19        |
| 6.5.1. Testverbot.....                               | 19        |
| 6.5.2. Erlaubtes Testen der Hindernisse.....         | 19        |
| 6.6. Skills Challenge.....                           | 20        |
| 6.7. Stage.....                                      | 20        |
| 6.8. Duellmodus.....                                 | 20        |
| 7. Start / Landeplattform.....                       | 21        |
| 7.1. Definition Start/Landeplattform.....            | 21        |
| 7.2. Einstieg.....                                   | 21        |
| 7.3. Einstiegshilfen.....                            | 21        |
| 7.4. Ausstieg.....                                   | 22        |
| 7.5. Zwischenplattformen.....                        | 22        |
| 7.6. Zonen.....                                      | 22        |
| 8. Hindernisse.....                                  | 22        |
| 8.1. Hindernis Definition.....                       | 22        |
| 8.2. Allgemeine Hindernis Regeln.....                | 23        |
| 8.3. Erlaubte Körperteile & lose Elemente.....       | 23        |
| 8.4. Nutzung.....                                    | 23        |
| 8.5. Störende Objekte.....                           | 24        |
| 8.6. Spezifische Hindernis-Regeln.....               | 24        |

|   |           |
|---|-----------|
| 8.7. Absolvierungs Bedingungen.....     | 24        |
| 8.8. Restpoints.....                    | 25        |
| 8.9. Checkpoints.....                   | 25        |
| 9. Zeitmessung.....                     | 25        |
| 9.1. Anwendungsbereich.....             | 25        |
| 9.2 Startsignal.....                    | 25        |
| 9.3. Fehlstart.....                     | 26        |
| 9.4. Zeitmessung.....                   | 26        |
| 9.5. Stoppen der Zeitmessung.....       | 26        |
| 10. Ergebnisse.....                     | 27        |
| 10.1. Endwertung.....                   | 27        |
| 10.2. Geteilte Plätze.....              | 27        |
| 10.3. Ende des Wettkampfes.....         | 27        |
| 10.4. Bekanntgabe.....                  | 27        |
| 10.5. Einspruch.....                    | 27        |
| 10.6. Übermittlung der Ergebnisse.....  | 28        |
| 11. Anti-Doping.....                    | 28        |
| <b>12. Sanktionen.....</b>              | <b>28</b> |
| 13. Begriffsdefinitionen / Glossar..... | 29        |

# Präambel

Eine der zentralen Aufgaben der 2024 als Verein gegründeten Interessengemeinschaft Ninja-Sport in Deutschland (IG Ninja-Sport n.e.V.) ist, ein zentrales Regelwerk für den Ninja-Sport in Deutschland zu schaffen. In der Arbeitsgruppe Regelwerk entwickelten die Autoren diese Version. Es basiert auf bestehenden Regelwerken, unter anderem des Internationalen Verbandes FISO und der World Ninja League. Den größten Teil der Inhalte trugen die Autoren aus eigener Erfahrung als Athleten und Veranstalter bei.

## Intention

Das Regelwerk hat das Ziel, den Ninja-Sport in Deutschland zu definieren und eine einheitliche und vergleichbare Basis für Wettkämpfe zu schaffen.

## Grundsätze

Das Regelwerk basiert auf den folgenden Werten:

- Fairness
- Sicherheit
- Transparenz
- Einfachheit
- Einheitlichkeit
- Qualität

### Weitere Grundsätze sind:

- Die Komplexität des Regelwerks sollte nur so hoch wie nötig sein.
- Die Einschränkungen für Veranstalter und Stagesetter sollten so klein wie möglich sein.
- Unnötig komplizierte Hindernis-Regeln sollen vermieden werden.
- Die Entwicklungsfähigkeit des Ninja-Sports soll durch das Regelwerk nicht eingeschränkt werden.
- Die Anwendbarkeit des Regelwerks soll für Wettkämpfe von Anfängern, Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Spitzensportlern gleichermaßen gelten.
- Die von Athleten wahrgenommene Qualität von Wettkämpfen und Stages soll verbessert werden.
- Das Regelwerk soll für verschiedene Wettkampfmodi angewendet werden können
- Das Regelwerk soll von kleinen bis großen Wettkämpfen in unterschiedlichen Umgebungen universell angewendet werden können.
- öffentliche Verfügbarkeit für alle Interessierten

## Gendersensibler Sprachgebrauch

Zur besseren Lesbarkeit wird in diesem Regelwerk das generische Maskulinum verwendet. Die in diesem Dokument verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich – sofern nicht anders kenntlich gemacht – auf alle Geschlechter.

# 1. Wettkampf-Durchführung

## 1.1. IGN-Regelwerk, Veranstalter-Regelwerk, Hindernis-Regelwerk

Das IGN-Regelwerk definiert allgemeine Grundsätze für Wettkämpfe im Ninja-Sport. Zusätzlich muss vom Veranstalter eines Wettkampfs ein spezifisches Veranstalter-Regelwerk und ein Hindernis-Regelwerk erstellt werden. Das Veranstalter-Regelwerk und das Hindernis-Regelwerk müssen sich in dem vorgeschriebenen Rahmen des IGN-Regelwerks bewegen und dürfen nicht in Konflikt mit diesem stehen. Für alle Vorfälle, in denen keine Regelung greift, hat der Veranstalter die Entscheidungshoheit. Wurde vom Veranstalter keine Abweichung im Rahmen der Möglichkeiten einzelner Regeln definiert, dann gilt sofern vorhanden der beschriebene Standard in den jeweiligen Regeln.

**Das Veranstalter Regelwerk muss folgende Regeln festlegen:**

[1.1.2.](#) ; [1.3.](#) ; [1.4.](#) ; [1.4.2.](#) [1.6.](#) ; [2.4.](#) ; [3.5.](#) ; [5.5.](#) ; [5.7.](#) ; [6.](#) ; [7.2.](#) ; [8.2.](#) ; [10.1.](#) ; [10.2.](#)

**Das Hindernis Regelwerk muss folgende Regeln festlegen:**

[7.](#) ; [8.](#)

### 1.1.1. Kommunikation der Regeln

Der Veranstalter muss das Veranstalter-Regelwerk **zeitgleich zur Ausschreibung** veröffentlichen, sowie während des Wettkampfs jederzeit **vor Ort schriftlich oder digital zugänglich** machen.

Das Hindernis-Regelwerk muss spätestens zu Wettkampfbeginn **schriftlich oder digital vor Ort zugänglich** gemacht werden.

Ist geplant, einen Wettkampf IGN-regelkonform durchzuführen, ist dies in der Ausschreibung zu erwähnen, mit dem Verweis auf das IGN-Regelwerk (Link zur IGN-Homepage). Bei digitaler Bereitstellung ist vom Veranstalter sicher zu gehen, dass unabhängig von persönlichen Endgeräten oder Verbindungsmöglichkeiten ein Zugriff möglich ist. (z.B. durch das Aufstellen eines TVs oder Tablets).

### 1.1.2. Kommunikation von Ansprechpersonen

Der Veranstalter muss im Veranstalter-Regelwerk mindestens eine **Ansprechperson nennen, welche vor und während des Wettkampfes die Rolle des Veranstalters übernimmt oder vertritt.** Zusätzlich muss ein **Hauptschiedsrichter/Schiedsgericht (siehe [1.4.](#)) benannt werden, sowie ein Erste-Hilfe-Beauftragter (siehe [2.4.](#))**

### 1.1.3. Geltung und Regeländerungen

Die Regelwerke müssen für alle Athleten einer Division gleich gelten. Änderungen in der Ausschreibung und im Veranstalter-Regelwerk sind bis drei Tage vor Ablauf der kostenlosen Stornofrist möglich und müssen an alle bereits angemeldeten Athleten kommuniziert und in der Ausschreibung und im Veranstalter-Regelwerk aktualisiert werden. Ist die kostenlose Stornofrist bereits abgelaufen, oder gibt es keine, so muss den Athleten eine kostenlose Sonderstornofrist (mind. 24h) ermöglicht werden, in der sie vom Wettkampf zurücktreten können und den vollen Betrag zurück erstattet bekommen. Wurde keine Stornofrist vom Veranstalter festgelegt, gilt: Stornierung ist bis zum Start des Wettkampfes kostenlos möglich.

Der Kommunikationskanal mit der aktuellen Version muss den Athleten klar kenntlich gemacht werden.

Änderungen und Ergänzungen im Hindernis-Regelwerk sind bis spätestens nach der Durchführung der Einweisung oder vor dem Lauf des ersten Starters einer Runde zulässig und müssen mündlich bekannt gegeben werden und sind zusätzlich schriftlich im Aushang zu aktualisieren.

Aufgrund von Sicherheit oder technischem Defekt von Hindernissen dürfen Hindernis-Regeln auch nach dem Beginn des ersten Laufes geändert werden, wenn für alle bereits gestarteten Athleten kein Nachteil entsteht. Sollte es zu einem Nachteil kommen, so muss allen bereits gelaufenen Athleten die Möglichkeit geboten werden, ihren Lauf zu wiederholen

### 1.1.4. Akkreditierung

Mit der Akkreditierung eines Wettkampfs erkennt die IGN an, dass der Wettkampf gemäß des IGN-Regelwerks abgelaufen ist. Die IGN überprüft die Akkreditierung in einer dafür eingerichteten Akkreditierungs-Kommission. Diese benennt für jeden Wettkampf einen Kommissar, der als Ansprechpartner des Veranstalters fungiert.

Die Akkreditierung wird stets nach dem Ende des Wettkampfs erteilt oder nicht erteilt.

Damit ein Wettkampf akkreditiert werden kann, muss der Veranstalter die Bestimmungen zum Akkreditierungsprozess auf der IGN-Homepage erfüllen. Kommt die Kommission bereits im Vorfeld eines Wettkampfs zu der Einschätzung, dass dem Veranstalter der Wille zur Akkreditierung fehlt, kann der Akkreditierungsprozess vorzeitig abgebrochen werden.

## 1.2. Teilnehmerkreis

### 1.2.1. Ausschluss von Athleten

Der Veranstalter darf keinen Athlet aus persönlichen Gründen von einem Wettkampf ausschließen. Der Veranstalter darf keinen Athleten wegen dessen Geschlecht, Rasse, ethnischer Zugehörigkeit, Religion, sexueller Orientierung, sozialem Status, körperlichen oder geistigen Fähigkeiten von einem Wettkampf ausschließen.

### 1.2.2. Ausschluss zum Schutz der Gesundheit

Der Schutz der Gesundheit und Sicherheit der Athleten steht an erster Stelle. Wenn die Teilnahme eines Athleten an einem Wettkampf das Risiko schwerwiegender gesundheitlicher Probleme birgt, darf der Veranstalter diesen Athleten zu dessen Schutz vom Wettkampf ausschließen. Gründe hierfür können offensichtliche Verletzungen, ein eindeutig schlechter Fitnesszustand sein, oder wenn der Athlet offensichtlich unter dem Einfluss von bewusstseinsverändernden Substanzen steht.

### 1.2.3. Vorqualifikation

Es ist möglich, durch Qualifikationswettkämpfe ein Teilnehmerfeld für das Finale einer Liga oder für eine Wettkampfserie zu ermitteln. Auch für Qualifikations Wettkämpfe gelten alle IGN-Regeln. Werden die Qualifikations Wettkämpfe nicht nach IGN-Regeln ausgerichtet, kann ein Final Wettkampf nicht akkreditiert werden. Die Veranstalter von Ligen und Serien können den Zeitraum ihrer Saison frei definieren. Wettkämpfe werden für das IGN-Ranking nur gewertet, wenn sie zusammen mit ihrer Qualifikation innerhalb der Saison des IGN-Rankings liegen"

### 1.2.4. Teilnahmeverbot für Veranstalter und Helfer

Veranstalter, Stagesetter, Schiedsrichter, **Aufbauhelfer**, Tester oder sonstige Helfer, die aktiv an der Planung und Umsetzung des Wettkampfes beteiligt sind, dürfen nicht am Wettkampf teilnehmen, wenn ihnen dadurch ein Vorteil für den Wettkampf entstehen würde.

## 1.3. Schiedsrichter

Der Veranstalter ist für die Benennung von Schiedsrichtern verantwortlich. Über die Einhaltung des Regelwerkes entscheiden ein oder mehrere Schiedsrichter. Bei mehreren Schiedsrichtern muss der Veranstalter einen Hauptschiedsrichter oder ein Schiedsgericht bestimmen, welcher/welches die Entscheidungshoheit hat.

Es ist mindestens ein Schiedsrichter pro aktiven Athleten in einer Stage erforderlich.

Schiedsrichter müssen mindestens 16 Jahre alt sein.

## 1.4. Einspruch Regelung

Einsprüche oder Anfechtungen von Schiedsrichterentscheidungen sind grundsätzlich erlaubt und müssen angehört werden. Das Recht zur Anfechtung haben ausschließlich Athleten. Bei Athleten der Altersklasse Bambinis, Kids oder Teens hat zusätzlich ein Erziehungsberechtigter bzw. eine Aufsichtsperson das Einspruchsrecht.

Der Ausrichter muss im Veranstalter-Regelwerk festlegen, bei wem ein anfechtender Athlet/Aufsicht den Einspruch einreichen kann. Wurde nichts definiert, gilt als Ansprechperson immer der Hauptschiedsrichter.

### 1.4.1. Anfechtungen des eigenen Laufs

Zweifelt ein Athlet eine Entscheidung des (Haupt-)Schiedsrichters an, hat er das Recht einen Einspruch einzulegen. Das Recht zur Anfechtung von Schiedsrichterentscheidungen verfällt nach fünf Minuten oder nach den folgenden drei Läufen, sobald der betreffende Lauf beendet wurde. Nach Erklärung des Einspruchs hat der Athlet zehn Minuten Zeit, einen entsprechenden Nachweis zu erbringen. Es ist maximal ein Beweisstück pro Anfechtung zulässig. In jedem Fall steht der Athlet in der Beweis-Schuld. Der (Haupt-)Schiedsrichter oder das Schiedsgericht muss die Anfechtung anhören. Der (Haupt-)Schiedsrichter oder das Schiedsgericht kann aufgrund einer Anfechtung die Entscheidung nach eigenem sportlichen Ermessens ändern und muss diese unmittelbar öffentlich bekanntgeben. Diese überprüfte Entscheidung ist endgültig und kann nicht erneut angefochten werden, eine höhere sportliche Instanz existiert nicht. Für die Anfechtung des eigenen Laufes darf vom Veranstalter keine Gebühr erhoben werden.

### 1.4.2. Anfechtung fremder Läufe

Jeder Athlet kann die (Haupt-)Schiedsrichterentscheidung zu Läufen anderer Athleten anfechten. Der Veranstalter darf für die Anfechtung fremder Läufe von anfechtenden Athleten eine erstattbare finanzielle Gebühr erheben. Fällt die Entscheidung zu Gunsten des anfechtenden Athleten, muss diese Gebühr erstattet werden. Wurde vom Veranstalter nichts im Veranstalter-Regelwerk definiert, gilt: Fremdanfechtungen sind kostenlos.

## 1.5. Behinderung und Vorteilsnahme

Es ist Athleten verboten, andere Athleten vorsätzlich zu behindern oder sich durch regelwidrige oder verbotene Mittel oder Handlungen einen Vorteil zu verschaffen.

### 1.5.1. Hilfsmittel

Der Ausrichter muss im Veranstalter-Regelwerk die zulässigen Hilfsmittel definieren. Mögliche zulässige Hilfsmittel sind Chalk, Liquid Chalk, Handschuhe und Tape. Andere Mittel und Methoden, die funktionelle Hilfe bei der Überwindung der Hindernisse bieten, sind verboten. **Wurde nichts im Veranstalter Regelwerk definiert, gilt: Keine Hilfsmittel sind erlaubt außer Chalk, Liquid Chalk und Tape.**

### 1.5.2. Behinderungen, Unterbrechung und Wiederholungsläufe

Wird der Lauf eines Athleten behindert oder vom Schiedsrichter unterbrochen durch z.B. einen technischen Defekt, nicht zurückgesetztem Hindernis, Behinderung durch Personen (Schiedsrichter, Kameramann, Zuschauer etc.) oder einer Verletzung, so muss der Schiedsrichter dem Athleten einen Wiederholungslauf gewähren (bei Verletzung nur wenn nach Versorgung eine unbedenkliche Fortsetzung der sportliche Aktivität Möglich ist).

Es obliegt in der Entscheidungsgewalt des Schiedsrichters ein Vorkommnis als Behinderung einzustufen. Der Wiederholungslauf beginnt nach einer vom Schiedsrichter definierten, angemessenen Pause. Die Pause darf aber nicht so lange sein, dass dadurch dem Athleten ein entscheidender taktischer Vorteil entsteht. Der Athlet muss unmittelbar nach der Schiedsrichterentscheidung auf Gewähr eines Wiederholungslaufes entscheiden, ob er seinen Lauf wiederholen will. Es steht dem Athlet frei, auf einen gewährten Wiederholungslauf zu verzichten und die gemessene Zeit und Fortschritt im Parcours mit Störung zu akzeptieren. Wenn ein Athlet einen Vorteil durch eine Behinderung, Störung oder einen Fehler erlangt hat, so muss der Lauf wiederholt werden. Das Ergebnis des Wiederholungslaufes ist bindend.

### 1.5.3. Tipps durch Organisatoren

Personen, die für die Durchführung der Veranstaltung verantwortlich sind (z.B. Stage-Setter, Resetter, Moderatoren, Schiedsrichter, Veranstalter, Tester) ist es verboten, Tipps und Anweisungen jeglicher Art zu geben, welche Athleten die Bewältigung des Parcours erleichtern.

## 1.6. Strafmaß

Der Veranstalter muss definieren, welches Strafmaß gilt, sollte gegen Regeln verstoßen werden. (z.B. erster Verstoß = Verwarnung, bei erneutem Verstoß= Disqualifikation)

## 2. Sicherheit

### 2.1. Verantwortung

Der Veranstalter muss dafür sorgen, dass Hindernisse beim Wettkampf so gestaltet sind, dass kein **vorsätzliches** und fahrlässiges Verletzungsrisiko für die Athleten besteht. Dazu gehören unter anderem ausreichender Fallschutz, Stabilität der Hindernisse und die Vermeidung von potenziellen Gefahrenquellen. Als Richtlinien hierfür können verschiedene Normen herangezogen werden, welche den Merkmalen des Ninja-Sports am nächsten kommen (z.B. Bouldern und Parkour). Aktuell existiert noch keine spezifische Ninja-Norm. Veranstalter sind angehalten, nach bestem Wissen und Gewissen zu handeln und im Zweifel höhere Sicherheitsmaßnahmen zu treffen, als die Mindestanforderung gängiger aktueller Normen vorschreibt, um Veranstaltungen und Wettkämpfe so sicher wie möglich zu gestalten. Wenn ein Athlet aus sicherheitstechnischen Gründen Bedenken hat, an einem Wettkampf zu starten, so muss diesem ein Recht auf Erstattung der Startgebühren eingeräumt werden.

### 2.2. Plattformen

Das Landen auf einer Start- und Endplattform muss sicher möglich sein. Plattformen müssen so aufgebaut werden, dass sie nicht kippen oder rutschen können.

### 2.3. Fallschutz

Bei der Wahl des Fallschutzes muss die maximale Fallhöhe sowie das Sturzrisiko der abverlangten Bewegung in Betracht gezogen werden.

Im Ninja-Sport sind unter anderem Landungen auf dem Rücken oder Bauch üblich und es muss Fallschutz gewählt werden, der für diese Art von Sturz geeignet ist. Fallschutz muss so platziert werden, damit alle Sturzbereiche ausreichend abgedeckt sind und keine Stolperfallen oder Lücken entstehen.

Wird eine Fallhöhe überschritten, die für Bodenmatten zulässig ist, müssen Hindernisse entsprechend besonders abgesichert werden (z.B. Wasserbecken, Fangnetze, Luftkissen oder Sicherung durch Kletterseil/Auto-Belay)

Wenn ein Athlet auf zusätzlichen Fallschutz besteht, muss der Veranstalter im Rahmen seiner Möglichkeiten diesen gewähren. Das grundlegende Sicherheitskonzept darf nur erhöht, aber nicht reduziert werden. Eine Anpassung der Sicherheitsmaßnahmen darf jederzeit, auch während der Veranstaltung, durchgeführt werden. Die Wiederholung einzelner Läufe nach und aufgrund einer Anpassung der Sicherheitsmaßnahmen ist nicht erlaubt, sofern dadurch keine Athleten benachteiligt werden.

## 2.4. Erste-Hilfe

Der Veranstalter muss einen Ersthelfer benennen. Der Ersthelfer muss Volljährig sein und mindestens einmal in seinem Leben einen Erste-Hilfe-Schein absolviert haben. Der Veranstalter muss mindestens einen vollständig bestückten und gültigen Erste-Hilfe-Koffer bereitstellen.

# 3. Wettkampfablauf

## 3.1. Startliste und Ergebnisliste

Der Veranstalter muss rechtzeitig vor Wettkampfbeginn und jederzeit während eines Wettkampfes den Athleten die Startliste und Ergebnisliste für jede Runde schriftlich oder digital zugänglich machen. Unterläuft dem Veranstalter ein Verarbeitungsfehler während einer laufenden Runde, so hat dieser jederzeit die Möglichkeit, die Fehler zu korrigieren, vorher veröffentlichte Ergebnisse/Informationen verlieren ihre Gültigkeit. Weitere Regelungen zur Endwertung siehe unter: [10](#).

## 3.2. Startreihenfolge

Der Veranstalter muss die Startreihenfolge der Athleten in der ersten Runde eines Wettkampfs nach dem Zufallsprinzip oder vorhergehender Qualifikation festlegen. Besteht ein Wettkampf aus mehreren Runden, muss die Startreihenfolge der fortgeschrittenen Runden einer nachvollziehbaren Logik folgen. Ein Athlet kann nach stattgegebenen Antrag beim Veranstalter in begründeten Ausnahmefällen an vorgezogener Position früher starten, wenn dadurch andere Athleten keinen Nachteil entsteht.

## 3.3. Verhinderung

Erscheint ein Athlet nicht rechtzeitig zu seiner vorgesehenen Startzeit, liegt es im Ermessen des Veranstalters, seine Startposition anzupassen. Athleten müssen bei Verhinderung oder Verzögerung selbständig den Veranstalter informieren, ansonsten erlischt die Starterlaubnis mit Beginn des Wettkampfes. Wenn alle anderen Athleten die aktuelle Runde bereits abgeschlossen haben, ist ein Nachholen nicht mehr möglich. **Angemeldete Athleten, welche nicht erscheinen, müssen aus der Startliste gestrichen werden und dürfen nicht auf der Ergebnisliste auftauchen.**

## 3.4. Warm-Up

Der Veranstalter muss den Athleten einen sportartüblichen Bereich zum Aufwärmen zur Verfügung stellen. Der Veranstalter muss jedem Athleten vor Beginn des ersten Laufes

einer Runde eine Aufwärmzeit von mindestens 15 Minuten einräumen. Die Einweisung der Hindernisse darf nicht zur Warm-Up-Zeit zählen.

### 3.5. Änderungen im Ablauf

Der Veranstalter muss auf eventuelle Veränderungen des Parcours vorbereitet sein. Das umfasst möglichst gleichwertige Ersatz-Hindernisse bei Beschädigung oder Defekt. Ein Austausch oder Veränderung von Hindernissen während des Wettkampfbetriebes, obwohl diese ordnungsgemäß funktionieren, ist nicht zulässig. Der Veranstalter muss vorab im Veranstalter-Regelwerk festlegen, welche Regelungen greifen, sollte ein normaler Wettkampfablauf gestört, oder frühzeitig beendet werden (z.B. durch Wetter, defekte Hindernisse, Verletzungen). Falls ein Wettkampf abgebrochen werden muss, ist festzulegen, welche Wertung die Endplatzierung bestimmt und wie ausgeschriebene Preise verteilt werden. Ist nichts vom Veranstalter festgelegt, gilt: Bei Abbruch gilt als Endergebnis immer die zuletzt vollständig beendete Runde. Wurde keine Runde beendet, werden die Preise unter den noch anwesenden Teilnehmern verlost.

### 3.6. Manipulation

Während eines Laufes dürfen keine Hindernisse oder Teile des Parcours vom Veranstalter manuell bewegt oder verändert werden (Ausnahme: Fallschutzmatten und Reset). Dies gilt ebenfalls für Athleten, außer das Bewegen oder Verändern wird im Sinne der Hindernisse abverlangt.

### 3.7. Einweisung in die Hindernisse

Der Veranstalter muss die Athleten über die Abfolge und spezifischen Regularien der Hindernisse eines Wettkampfs im Rahmen einer Einweisung informieren. Die Einweisung kann vorab digital erfolgen, oder in Präsenz vor Wettkampfbeginn am Wettkampfort. Der Veranstalter muss den Athleten die Möglichkeit geben, Fragen zu stellen und er muss diese so beantworten, dass alle teilnehmenden Athleten Fragen und Antworten verstehen können. Eine Einweisung muss die Demonstration der Hindernisse beinhalten. Wurden nach einer digitalen Einweisung Änderungen vorgenommen, so müssen die Anpassungen nochmals vor Beginn des Wettkampfes allen teilnehmenden Athleten demonstriert werden. Das Hindernis-Regelwerk muss vor Wettkampfbeginn digital oder schriftlich zugänglich gemacht werden und ggf. mit Änderungen ergänzt werden und ist auch im Falle eines Einweisungsvideos immer verpflichtend. Wird das Hindernis-Regelwerk digital bereitgestellt, ist sicherzustellen, dass jeder Athlet Zugriff darauf hat (z.B. bereitstellen eines Tablets oder Bildschirm etc.). Das Versenden per Mail/Nachricht oder Hochladen auf eine Website ist nicht ausreichend, da nicht garantiert werden kann, dass jeder Athlet immer ein Endgerät oder Internetzugang zur Verfügung hat.

## 4. Ausschreibung und Meldung

### 4.1. Fristen

Der Veranstalter muss einen Wettkampf rechtzeitig, mindestens 4 Wochen vorab, **öffentlich** ausschreiben. Er muss für einen Eintrag im zentralen Ninja-Kalender der Community sorgen. Auf Antrag bei der IGN kann die Ausschreibungspflicht auch verkürzt werden. Das Anmeldeverfahren muss mit angekündigter Verzögerung von mindestens 48 Stunden zur Ausschreibung starten. **Es muss gewährleistet sein, dass jeder potenzielle Athlet die gleiche Chance hat, einen Startplatz zu erhalten.**

### 4.2. Ausschreibung

**Der Veranstalter muss in der Ausschreibung eines Wettkampfes mindestens folgende Infos kommunizieren:**

- Wettkampfname
- Wettkampfdatum
- Ort des Wettkampfes/Adresse
- Die angebotenen [Divisionen](#)
- Anzahl der Startplätze pro Division (wenn vom Veranstalter vorgeschrieben)
- Anzahl der Mindestteilnehmer um eine Division durchzuführen
- Ob der Wettkampf LK gemischt oder getrennt durchgeführt wird
- Die jeweilige Startgebühren
- Zahlungsmöglichkeiten
- Stornobedingungen
- Startzeit des Wettkampfes
- Startzeit der Divisionen
- Endzeit des Wettkampfes
- Preisgeld/Gewinnverteilung (kann auch eine Prozentuale Angabe sein)
- Beschreibung des [Modus](#) (Anzahl der Runden & Wettkampfbaum, Modus der Runden, Vollendungsregel, Endwertung)
- Charakteristik der Stages/Runden
- Anmeldeverfahren
- Anmeldebeginn
- Anmeldeschluss
- Kontaktinfos Veranstalter

**Zusätzlich ist folgender Satz jeder Ausschreibung hinzuzufügen:**

**Der Wettkampf richtet sich nach dem aktuell gültigen IGN-Regelwerk und fließt bei erfolgreicher Akkreditierung in die Deutsche Meisterschaft ein (IGN-Ranking, Ninja-Sport-Ranking)**

- Ändern sich Details aus der Ausschreibung, wie z.B. die Startzeit des Wettkampfes, so sind diese spätestens 3 Tage vor Ablauf der kostenlosen Stornofrist an die angemeldeten Athleten zu übermitteln und müssen anschließend auf dem vom Veranstalter gewählten öffentlichen Hauptkommunikationsweg aktualisiert werden.
- Ist die kostenlose Stornofrist bereits abgelaufen oder gibt es keine, so muss den Athleten eine kostenlose Sonderstornofrist (mind. 24h) ermöglicht werden, in der sie vom Wettkampf zurücktreten können und den vollen Betrag zurück erstattet bekommen.
- Sind Informationen aus der Ausschreibung auch Teil des Veranstalter-Regelwerkes, so müssen auch diese entsprechend aktualisiert werden.
- Nach dem Anmeldeschluss können offene Startplätze einzelner Divisionen im Rahmen der maximal ausgeschriebenen Startplätze auf andere Divisionen umverteilt werden.
- Sofern vorhanden, können diese nach Platzierung einer Warteliste aufgefüllt werden.
- Existiert keine Warteliste, so müssen die neu geöffneten Plätze erneut mit einer Ankündigungsfrist von 48 Stunden bekannt gegeben werden.

### 4.3. Wildcards

Bei Wettkämpfen ohne Vorqualifikation können Veranstalter bis zu zehn Prozent der Startplätze per Wildcard vergeben.

Sollte ein Wettkampf bereits nach 24 Stunden ausverkauft sein, so muss der Veranstalter die Anzahl der Startplätze um die Anzahl vergebener Wildcards erhöhen. Wildcard-Athleten müssen die Teilnahmevoraussetzungen des Wettkampfes erfüllen.

## 5. Divisionen

### 5.1 Alters- und Geschlechterklassen

Folgende Alters- und Geschlechterklassen sind von der IGN definiert:

Geschlechterklassen:

- männlich und divers (Abkürzung: M)

- weiblich (Abkürzung: W)
- gemischt (nur bei Bambinis)

Altersklassen:

- Bambinis 5-7 Jahre
- Kids 8-11 Jahre
- Teens 12–15 Jahre
- Adults 16-39 Jahre
- Masters 40+ Jahre

Altersklassen & Geschlechterklassen sind für alle Athleten verpflichtend und können nicht frei gewählt werden (Ausnahmen: 5.2. Schwellenjahrgänge & 5.3 LK1 Masters)

## 5.2. Übergangsregelung Schwellenjahrgänge

Athleten aller Altersklassen dürfen in dem Jahr, in dem sie das Mindestalter der nächsten Altersklasse erreichen, wählen, ob sie die Saison in der jüngeren oder älteren Altersklasse absolvieren. (Beispiel: Im Jahr 2026 können Athleten des Jahrgang 2014 entweder bei den Kids oder bei den Teens starten).

Die Wahl erfolgt über die Meldung der entsprechenden Division zum ersten Wettkampf der Saison. Während der Saison ist ein Wechsel zwischen den Altersklassen nicht erlaubt.

## 5.3. Leistungsklassen

Neben Alter- und Geschlechterklassen wird zusätzlich in Leistungsklassen unterschieden.

Es werden folgende Leistungsklassen von der IGN definiert:

*Leistungsklasse 1 (LK1)* Empfohlen für: Ambitionierte Leistungssportler

*Leistungsklasse 2 (LK2)* Empfohlen für: Anfänger & Fortgeschrittene

Die Wahl der Leistungsklasse ist allen Athleten freigestellt, für eine Saison bindend und erfolgt über die Anmeldung der entsprechenden Division zum ersten absolvierten Wettkampf des Kalenderjahres oder über die Mitteilung an die IGN.

Ein Wechsel der Leistungsklasse innerhalb einer Saison ist nicht erlaubt.

Bei der Altersklasse Masters (40+) wird nicht in Leistungsklassen unterschieden, entsprechende Athleten haben aber die Option, in der Division Adults (M/W) LK1 zu starten.

## 5.4. Divisionen Definition

Die Kombination aus einer Altersklasse, Geschlechterklasse und Leistungsklasse wird als Division bezeichnet. Insgesamt können bei einem Wettkampf bis zu 15 verschiedene Divisionen angeboten werden.

Der Veranstalter legt fest, welche der definierten Divisionen er anbietet.

| Geschlecht      | Weiblich            |                     | Männlich            |                     |
|-----------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
|                 | 1                   | 2                   | 1                   | 2                   |
| Leistungsklasse |                     |                     |                     |                     |
| 5 bis 7 Jahre   | <b>Bambinis</b>     |                     |                     |                     |
| 8 bis 11 Jahre  | Kids LK1 weiblich   | Kids LK2 weiblich   | Kids LK1 männlich   | Kids LK2 männlich   |
| 12 bis 15 Jahre | Teens LK1 weiblich  | Teens LK2 weiblich  | Teens LK1 männlich  | Teens LK2 männlich  |
| 16+ Jahre       | Adults LK1 weiblich | Adults LK2 weiblich | Adults LK1 männlich | Adults LK2 männlich |
| 40+ Jahre       |                     | Masters weiblich    |                     | Masters männlich    |

*-Bambinis 5-7 Jahre (gemischt)*

*-Kids 8-11 Jahre (M) LK1*

*-Kids 8-11 Jahre (M) LK2*

*-Kids 8-11 Jahre (W) LK1*

*-Kids 8-11 Jahre (W) LK2*

*-Teens 12–15 Jahre (M) LK1*

*-Teens 12–15 Jahre (M) LK2*

*-Teens 12–15 Jahre (W) LK1*

*-Teens 12–15 Jahre (W) LK2*

*-Adults 16-39 (M) LK1*

*-Adults 16-39 (M) LK2*

*-Adults 16-39 (W) LK1*

*-Adults 16-39 (W) LK2*

*-Masters 40+ (M)*

*-Masters 40+ (F)*

### 5.4.1. Adaptive Athleten

Athleten in den Divisionen können die Zusatzeigenschaft "Adaptive" haben, die Bezeichnung für Menschen besonderem Förderbedarf bzw. mit Behinderung.

Die Einstufung erfolgt freiwillig und nach eigenem Ermessen.

## 5.5. Division Fremdes Starten

Ein Veranstalter hat die Möglichkeit, Athleten welche die Klassenvoraussetzungen (Altersklasse, Geschlechterklasse, Leistungsklasse) einer angebotenen Division nicht erfüllen, vom Wettkampf auszuschließen. Es ist nicht erlaubt, dass Athleten in der falschen Alters- oder Geschlechterklasse starten. Das Starten in der falschen Leistungsklasse kann vom Veranstalter toleriert werden. Allerdings wird jeder Athlet im Ninjasportranking nur in seiner zu Beginn des Jahres gewählten Division geführt und in allen anderen Divisionen stets ausgeblendet.

## 5.6. Wettkampfbaum und Vergleich der Divisionen

- Im Wettkampfbaum wird festgelegt, wie viele Runden ein Wettkampf hat und welche Kriterien Athleten erfüllen müssen, um in die nächste Runde einzuziehen.
- Es dürfen innerhalb eines IGN-Wettkampfes keine Divisionen miteinander verglichen werden (Ausnahme 5.7.). Der Leistungsvergleich findet immer zwischen den Athleten einer Division statt. Für jede angebotene Division muss es einen eigenen Wettkampfbaum und ein eigenes Podium geben.
- Wird zeitgleich zum IGN-Wettkampf ein zusätzlicher Wettkampf angeboten mit eigenem Wettkampfbaum etc. so ist dies den Athleten durch den Veranstalter kenntlich zu machen (z.B. durch separate Anmeldung)
- Hindernisse und deren spezifische Regeln können von Division zu Division variieren, müssen aber immer für alle Athleten innerhalb einer Division gleich sein. Statt einer festen Qualifikationsquote bei Wettkämpfen mit mehreren Runden ist es auch möglich, ein absolutes Kriterium an die Qualifikation zu knüpfen, oder eine Mischung aus beidem (z.B. Die besten 20 % pro Division kommen weiter + alle die Buzzern)
- Bei Wettkämpfen ohne absolutes Kriterium für die Qualifikation muss darauf geachtet werden, dass die Finalrunde mindestens drei Plätze pro Division beinhaltet.
- Qualifikationsquoten werden immer auf ganze Athleten aufgerundet. (z.B. 81 Teilnehmer, die besten 20 % kommen weiter =16,2=17 Athleten können sich qualifizieren)

## 5.7. Divisionsmodus: Gemischte Leistungsklassen

Der Divisionsmodus "gemischte Leistungsklassen" ermöglicht Wettkämpfe ohne getrenntes Podium, getrennte Anmeldung und getrennte Qualifikationsgrenzen innerhalb von Leistungsklassen. Alters- und Geschlechterklassen bleiben bestehen. Wird dieser Divisionsmodus angewendet, werden die Leistungsklassen für das Ninja-Sport Ranking im Nachgang virtuell getrennt. Wurde in der Ausschreibung oder

dem Veranstalter-Regelwerk nichts definiert, findet der Wettkampf standardmäßig LK getrennt statt.

## 5.8. Preise

Podiumsplätze (1. - 3. Platz) müssen in jeder angebotenen Division mit einer angemessenen Anerkennung belohnt werden. Preise und Preisgelder müssen in einer Alters- und Leistungsklasse für beide Geschlechterklassen gleichwertig sein. Der zu erfüllende Mindeststandard besteht aus einer Siegerurkunde. Besteht die Anerkennung aus einem Pokal/Medaille, muss zusätzlich keine Urkunde ausgegeben werden. Die IGN stellt auf ihrer Website eine Urkundenvorlage zur Verfügung.

# 6. Wettkampfmodi

## 6.1. Auswahl des Modus

Die IGN schreibt keine Modi vor. Aus den in diesem Regelwerk vorgegebenen Rahmenbedingungen steht es dem Veranstalter frei, einen eigenen Modus zu entwickeln. Eine Kombination verschiedener Modi ist möglich und auch von Runde zu Runde variabel.

Zur Vereinfachung definiert die IGN im Anhang "[Wettkampfmodi](#)" im Ninja-Sport übliche Formate, welche verwendet werden können, aber nicht verpflichtend sind. Wird einer der definierten Modi verwendet, so gelten dessen spezifische Regelungen als verpflichtend und diese müssen entsprechend ausgeschrieben werden (z.B. Dieser Wettkampf läuft nach dem IGN Modus "Kids Stage" ab)

## 6.2. Rundendauer

Je nach Wettkampfmodus kann die Dauer einer Runde durch ein Zeitlimit, Versuche, Rest-Cap oder eine Kombination der drei Möglichkeiten begrenzt werden.

Als Rest-Cap ist ein maximales Zeitlimit zwischen zwei Hindernissen definiert.

Die letzten zehn Sekunden sind immer vom Schiedsrichter oder akustisch durch die Zeitmessanlage anzukündigen.

Ein Zeitlimit für die Absolvierung eines einzelnen Hindernisses im Rahmen einer Stage ist nicht zulässig (Ergänzend dazu Regel [8.8.](#) beachten)

## 6.3. Zeitstrafen/Boni

Eine Zeitstrafe anstatt dem Verlieren eines Versuches oder Punktes ist nicht zulässig. Ebenfalls ist es nicht zulässig, durch das Abfragen zusätzlicher Bewegungen einen Zeitbonus zu gewähren.

## 6.4. Anzahl der Versuche

Je nach Wettkampfmodus sind ein oder mehrere Versuche pro Hindernis/Hindernis Abschnitt zulässig. Auch für einzelne Hindernisse können mehrere Versuche erlaubt sein (z.B. Warped Wall). **Als ein Versuch ist die Zeit zwischen Einstieg und Verlassen eines Hindernisses/Hindernisabschnittes definiert.**

## 6.5. Testen der Hindernisse

Es ist zulässig, vorheriges Testen der Wettkampf Hindernisse zu verbieten oder zu erlauben.

### 6.5.1. Testverbot

Bei einem Testverbot ist vom Veranstalter sicherzustellen, dass kein Athlet die Wettkampf Hindernisse vorab bewusst trainieren kann. Kein Athlet darf die Möglichkeit haben, sich aufgrund von Insiderwissen oder unbeabsichtigt veröffentlichter Details auf spezielle Hindernisse vorbereiten zu können. Missachtet ein Athlet diese Regel, ist es möglich, vor der Disqualifikation eine Verwarnung auszusprechen. Es liegt in der Entscheidung des Schiedsrichters, über die Schwere des Verstoßes zu entscheiden. Eine Verwarnung kann vergeben werden, wenn nur einzelne Bestandteile eines Hindernisses bewusst berührt werden. Eine Disqualifikation kann vergeben werden, wenn Schlüsselstellen eines Hindernisses aktiv und bewusst geübt werden.

### 6.5.2. Erlaubtes Testen der Hindernisse

Kündigt der Veranstalter Wettkampf-Hindernisse im Vorfeld allen Athleten gegenüber an und erlaubt das Testen, ist es zulässig, ein vorheriges Training zu gestatten. Es ist vom Veranstalter ein genauer Testzeitraum zu definieren, in welchem jeder Athlet die gleiche Chance hat, die Hindernisse zu üben. Dem Veranstalter steht es frei, die Anzahl an Testversuchen für die Athleten zu begrenzen.

## 6.6. Skills Challenge

**Wird der Wettkampfmodus Skills Challenge verwendet, können innerhalb eines vorher definierten Zeitlimits einzelne Bewegungen/Bewegungsabfolgen, Hindernisse oder Hindernisabschnitte festgelegt werden, die es zu schaffen gilt auch genannt "Skill". Wie viele Versuche pro Skill gegeben werden und wie diese in die Endwertung fließen, obliegt dem Veranstalter. Es ist zulässig, dass die Anzahl der geschafften Skills und Versuche von den Athleten selbst erfasst werden. Die Absolvierungsbedingung eines Skills kann auch eine bestimmte Endposition im Hindernis sein. Ebenfalls kann auch die Startposition definiert werden und bedarf nicht zwingend einer Start & Landeplattform. Es ist vom Veranstalter zu gewährleisten, dass jeder Athlet die Chance bekommt, gleich**

viele Versuche durchzuführen. Ist es den Athleten aufgrund eines Defekts oder einer Sperrung nicht möglich, die gleiche Zeit an einem Skill zur Verfügung zu haben, darf dieser nicht in die Wertung mit einfließen.

Alle Skills müssen im Hindernis Regelwerk ausführlich und eindeutig beschrieben werden. Es dürfen keine Skills abverlangt werden, die nicht eindeutig der Charakteristik des Ninja-Sports zugeordnet werden können (z.B. Ausführen von Bewegungen mit Sportgeräten die exakt aus einer eigenen Sportart stammen)

Die Reihenfolge, in welcher die Skills absolviert werden müssen, darf in diesem Modus nicht festgelegt werden.

## 6.7. Stage

Eine Stage ist definiert als eine festgelegte Abfolge von einem oder mehreren Hindernissen mit einem Start und Ende. Es darf sich maximal ein Athlet in der Stage befinden. Die Stage endet, sobald der Athlet den letzten Checkpoint (Buzzer) erreicht hat, alle Versuche verbraucht oder das Zeitlimit abgelaufen ist.

Es gelten vor allem die Regeln 7-8.

## 6.8. Duellmodus

Werden zeitgleich Stages mit identischen Hindernissen im Duellmodus von zwei oder mehr Athleten durchlaufen gelten folgenden Rahmenbedingungen:

Ist für das Weiterkommen/Gewinnen der Duellsieg entscheidend, kann der Parcours so gestaltet werden, dass sich Athleten ein Hindernis teilen müssen. Alle Laufwege müssen in Summe gleich sein. Ein Blockieren der anderen Athleten ist erlaubt, aber nicht das aktive Behindern

Ist für das Weiterkommen lediglich die Zeit relevant und alle Athleten können durch ihre Zeit weiterkommen/gewinnen, so muss der Parcours so gestaltet werden, dass alle Athleten die gleichen Hindernisse und in Summe gleich lange Laufwege haben und sich keine Hindernisse teilen müssen. Das Behindern oder Blockieren der anderen Athleten ist nicht gestattet. (siehe [1.6.2.](#))

Die Zuteilung der Duellpaare muss durch Losung oder vorherige Qualifikation erfolgen. Der Veranstalter kann den Duellbaum frei wählen.

# 7. Start / Landeplattform

## 7.1. Definition Start/Landeplattform

Jedes Hindernis muss mit einer eindeutig definierten Startplattform beginnen und mit einer eindeutig definierten Landeplattform enden (z.B. Matte, Kasten etc.). Plattformen sind begrenzte Flächen und müssen sich optisch eindeutig vom Boden und Fallschutzmatten abheben (z.B. durch Farbe oder Höhendifferenz). Die letzte Landeplattform einer Stage kann auch durch einen Buzzer am Ende eines Hindernisses

als Alternative realisiert werden. Ein Trampolin kann auch als Startplattform definiert werden. Der Boden nach dem Erreichen einer Landeplattform und der Startplattform des nächsten Hindernisses darf uneingeschränkt genutzt werden. Ausnahme: Eine Landeplattform kann gleichzeitig auch die Startplattform des nächsten Hindernisses sein. Ist dies der Fall, darf der Boden bis zur nächsten Landeplattform nicht genutzt werden.

## 7.2. Einstieg

Die Startplattform muss zum Einsteigen in das Hindernis benutzt werden.

Das Überspringen einer Startplattform wird als Fehler bewertet.

Wird die Startplattform verlassen, zählt das Hindernis als begonnen. Die Startplattform darf, nachdem das Hindernis begonnen wurde, nur noch benutzt werden, während der Athlet Kontakt zum Hindernis hat. Ein Verlassen des Hindernisses, zurück auf die Startplattform wird standardmäßig als Fehler gewertet, außer der Veranstalter definiert dies anders. Verlässt ein Athlet die Startplattform, ohne einen eindeutigen Versuch absolviert zu haben, in das Hindernis einzusteigen, so wird dies nicht als Fehler gewertet. **Es ist zulässig, vorzuschreiben, an welchem Element des Hindernisses begonnen werden muss bzw. in welcher Startposition sich vor dem Einsteigen bewegliche Elemente befinden müssen.**

## 7.3. Einstiegshilfen

Zusätzliche Aufstiegshilfen, um den Einstieg in das Hindernis zu schaffen, sind erlaubt, wenn diese allen Startern einer Division angeboten werden. **Einstiegshilfen müssen vom Veranstalter vor dem Start eines Athlets nach vorheriger Abfrage in Position gebracht werden.** Zum Einsteigen dürfen keine Traversen/Aufhängungen verwendet werden, außer sie werden vom Veranstalter als erlaubt definiert. **Einstiegshilfen zählen weder als Teil des Hindernisses noch der Einstiegsplattform und führen nicht zu einem Fehler, wenn sie nach Einsteig wieder verlassen werden oder zu ihnen zurückgekehrt wird.** Der Veranstalter definiert im Hindernis-Regelwerk, ob ein Element eines Hindernisses als Einstiegshilfe oder als Teil des Hindernisses zählt. Wird nichts definiert, gelten standardmäßig alle Elemente eines Hindernisses als Teil des Hindernisses.

## 7.4. Ausstieg

An der Vorderkante der Landeplattform (in Blickrichtung beim Verlassen des Hindernisses) gibt es eine gedachte senkrechte Ebene. Diese Ebene ist in alle Richtungen endlos. Wenn diese einmal mit dem ganzen Körper durchquert und gleichzeitig die Landeplattform mit einem beliebigen Körperteil aktiv genutzt wurde, gilt das Hindernis als geschafft. Sobald dies der Fall ist, dürfen Aufhängungen, Traversen, etc. benutzt werden. Ist nicht eindeutig erkennbar, was als Vorderkante einer Plattform gilt (z.B. bei schrägen/runden Plattformen), so muss die senkrechte Ebene deutlich

kennbar gemacht werden (z.B. mit Tape). Das Überspringen einer Landeplattform wird automatisch als Fehler gewertet.

## 7.5. Zwischenplattformen

Plattformen, welche innerhalb eines Hindernisses weder als Startplattform oder Endplattform definiert sind, werden als Zwischenplattform bezeichnet und dürfen ausgelassen werden. Zwischenplattformen sind so zu gestalten, dass sie sich eindeutig von Start- und Landeplattform unterscheiden (z.B. durch Farbe, Material, Form)

## 7.6. Zonen

Es ist zulässig, innerhalb eines Hindernisses maximal drei Zonen vorzuschreiben, welche begrenzte senkrechte oder vertikale Ebenen definieren.

Die Grenzen einer Zone müssen sichtbar gemacht werden (z.B. durch Aufstellen von Torstangen oder Abhängen von Bandschlingen). Das Streifen von Grenzen ist erlaubt. Eine Zone muss komplett mit dem gesamten Körper durchschritten werden.

Die Richtung der Erstdurchquerung kann definiert werden (in Startrichtung, in Zielrichtung, beide Richtungen). Wird sie falsch durchquert, wird das als Fehler gewertet.

Die zu durchquerende Richtung ist eindeutig sichtbar zu machen.

Ist nichts definiert, gelten beide Richtungen als erlaubt.

Zonen sind immer verpflichtend und nachfolgende Checkpoints gelten erst als erreicht, wenn die Zone erfolgreich durchschritten wurde.

# 8. Hindernisse

## 8.1. Hindernis Definition

Als ein Hindernis ist ein Abschnitt mit Elementen definiert, welcher eine Start- und Landeplattform besitzt.

## 8.2. Allgemeine Hindernis Regeln

Eine aktive Nutzung des Bodens innerhalb eines Hindernisses ist automatisch ein Fehler, sofern dieser kein Teil des Hindernisses ist. Die passive Nutzung des Bodens (Streifen) kann erlaubt oder verboten werden, wenn dies einheitlich für den gesamten Wettkampf und alle Hindernisse gilt. Wurde nichts vom Veranstalter festgelegt, ist Streifen (Passive Berührung ohne sichtbare Krafteinwirkung) grundsätzlich erlaubt. Es liegt in der Entscheidungsgewalt des Schiedsrichters, eine Berührung als aktiv oder passiv zu klassifizieren. Werden vom Veranstalter Wasserbecken als Fallschutz verwendet, muss der Veranstalter festlegen, ab wann der Kontakt zum Wasser zu einem

Fehler führt. Hindernisse müssen in der vorgegebenen Reihenfolge absolviert werden. Die aktive Nutzung erlaubter Hindernisse ist nur zwischen der zugehörigen Start- und Landeplattform zulässig. Hindernisse, deren Verhalten und ihr Ausgangszustand müssen für alle Versuche/Läufe/Athleten des gleichen Wettkampfes identisch sein. **Das Verhalten von Hindernissen im Lauf darf nur vom Athleten selbst und von keiner weiteren Person beeinflusst werden. Nur automatisierte maschinelle und mechanische Auslöse-, Bewege-, und Haltemechanismen sind zulässig.**

### **8.3. Erlaubte Körperteile & lose Elemente**

Es kann vorab festgelegt werden, ob für ein Hindernis, einzelne Bestandteile eines Hindernisses und Buzzer nur Hände, nur Füße, Hände und Füße, Vollkörperkontakt oder andere bewegliche, lose Elemente wie z.B. Ringe/Cane/Seil etc. erlaubt sind. Wurde für ein Hindernis/Buzzer nichts im Hindernis-Regelwerk definiert, so gilt als Standard: "Vollkörperkontakt". Nach dem Erreichen eines Checkpoints können sich zulässige Körperteile ändern.

### **8.4. Nutzung**

Der Veranstalter muss im Hindernis-Regelwerk definieren, welche Bestandteile von Hindernissen erlaubt sind. Alle Bestandteile, die nicht erlaubt sind, gelten automatisch als verboten und werden bei aktivem Kontakt als Fehler gewertet. Erlaubte Elemente müssen sich eindeutig von nicht erlaubten Elementen unterscheiden (z.B. durch einheitliche Farbmarkierung oder Material). Erlaubte Elemente müssen ausreichenden Abstand zu nicht erlaubten Elementen aufweisen, damit diese nicht unbeabsichtigt benutzt werden können.

Nach dem Erreichen eines Checkpoints können sich erlaubte Elemente ändern. Die aktive Nutzung von Aufhängungen und Gerüstelementen ist grundsätzlich nicht erlaubt, dazu zählen zum Beispiel Bandschlingen, Karabiner, Traversen, Gerüstverbinder etc, wenn diese keine Funktionen außer der Aufhängung für das Hindernis haben.

Ausnahmen: [7.4.](#) & [8.8.](#)

### **8.5. Störende Objekte**

Gegenstände/Hindernisse/Aufhängungen, die nicht Teil der Wettkampf-Hindernisse sind, müssen eindeutig markiert, ausreichend Abstand besitzen oder bestmöglich aus der intuitiven Reichweite eines Athleten entfernt werden.

### **8.6. Spezifische Hindernis-Regeln**

Spezifische Hindernis-Regeln dürfen folgende Punkte definieren:

- Endposition für bewegliche/lose Elemente (**eine pro beweglichem/losem Element**) Endpositionen müssen einen klaren Zustand und/oder eine exakte Position definieren. **Wurde die Endposition erreicht, dürfen alle Elemente anschließend wieder bewegt werden, ohne dass dies zu einem Fehler führt.**
- **Ob Elemente mit den Händen/Füßen gegriffen/gelaufen werden dürfen, oder gesprungen werden müssen**
- Wie ein Element mit den Händen gefangen werden muss (Switchgrip, Reversegrip, Ristgriff, einseitig etc.)
- **Wie ein Element mit den Füßen angesprungen werden muss (einbeinig/beidbeinig)**

Die genannten Punkte dürfen nur angewandt werden, wenn die folgende Grundsätze beachtet werden: Zusätzliche spezifische Regeln müssen im Sinne des Hindernisses sein und dürfen den Bewegungsfluss nicht stören. Zudem dürfen Zusatzregeln die Herausforderungen eines Hindernisses nur sinnvoll erhöhen. Verpflichtende Zusatzregeln, die ein Hindernis vereinfachen, sind nicht zulässig. Spezifische Hindernis-Regeln, welche den exakten Bewegungsablauf vorgeben und vorschreiben, was alles benutzt werden muss, sind nicht zulässig.

## 8.7. Absolvierungs Bedingungen

Zum fehlerfreien Bewältigen eines Hindernis müssen alle folgende Bedingungen erfüllt sein:

- Der Athlet hat die spezifischen Hindernis-Regeln (sofern vorgeschrieben) erfüllt
- Der Athlet hat im Hindernis nur erlaubte Elemente genutzt
- Die Zonen (sofern vorhanden) wurde korrekt durchquert
- Der Athlet hat das Hindernis verlassen.
- Der Athlet hat mit dem gesamten Körper die senkrechte, vordere Ebene der Landeplattform durchquert.
- Der Athlet hat die Landeplattform aktiv genutzt

Ausnahme: Bei einem Buzzer als Alternative einer Landeplattform reichen die ersten drei Bedingungen und das Auslösen des Buzzers.

## 8.8. Restpoints

Innerhalb eines Hindernisses können Restpoints definiert werden, an welchen es zulässig ist, alle Körperteile zu verwenden und Teile der Aufhängung zu benutzen. Restpoints sind eindeutig durch z.B. farbliche Markierung sichtbar zu machen. Es kann festgelegt werden, wie lange die maximale Pausenzeit sein darf. Wird der Restpoint nicht innerhalb der definierten Pausenzeit verlassen, wird dies als Fehler gewertet. **Die letzten zehn Sekunden sind immer vom Schiedsrichter oder akustisch durch die Zeitmessaanlage anzukündigen.**

## 8.9. Checkpoints

Checkpoints müssen für jede Runde eindeutig definiert werden.

Das Erreichen der Landeplattform und das Drücken des Buzzers ist immer ein Checkpoint. Zusätzlich können bei Bedarf weitere Elemente im Hindernis als Checkpoint definiert werden. Es sind aktive Checkpoints (AP; Element muss aktiv genutzt werden) und Berührungs Checkpoints (BP; Element muss berührt werden) zulässig.

Zonen im Sinne von [7.6](#) können auch als BP Checkpoint definiert werden.

Checkpoints und deren Art (AP/BP) müssen dem Hindernis-Regelwerk beigelegt werden. Wurde nichts vom Veranstalter definiert, gelten alle Checkpoints als AP.

Landeplattformen und Buzzer gelten immer als AP. In der Ergebnisliste einer Runde wird für jeden Athleten der zuletzt erreichte Checkpoint gelistet (Siehe [9.5](#)).

# 9. Zeitmessung

## 9.1. Anwendungsbereich

Ist für einen Modus eine Zeitmessung vorgesehen, müssen folgende Regelungen erfüllt werden. Wenn im ausgewählten Modus keine Zeitnahme notwendig ist (z.B. Bei einem Punkte- oder Skills Modus, können die nachfolgenden Regelungen übersprungen werden)

## 9.2 Startsignal

Die Zeitmessung startet entweder nach einem akustischen oder visuellen Startsignal, oder der Durchquerung einer Lichtschranke. Das Startsignal muss für alle Athleten gleich sein. **Wird ein Startsignal verwendet, darf der Athlet erst nach Beginn des Signals in das Hindernis einsteigen.**

## 9.3. Fehlstart

Steigt ein Athlet vor dem Ende des offiziellen Startsignals in das erste Hindernis ein, unterbricht der Schiedsrichter umgehend den Lauf und der Athlet kehrt zurück zur Startplattform. Es erfolgt eine Wiederholung des Starts. Führt der Athlet wiederholt in derselben Runde einen Frühstart durch, wird er disqualifiziert. Es werden pro Athlet und Runde maximal 2 Neustarts gewährt.

## 9.4. Zeitmessung

**Für LK1 gilt: Es muss eine digitale Zeitmessaanlage verwendet werden**

**Für LK2 gilt: Eine Zeitmessung per Stoppuhr oder digitaler Zeitmessaanlage ist zulässig.**

Beim manuellen Stoppen der Zeit ist eine Genauigkeit von zwei Nachkommastellen zulässig. Manuel gemessene Zeiten, die innerhalb eines Zeitraums von 0,5 Sekunden liegen, müssen als gleichwertig behandelt werden. Es werden immer nur die Zeiten miteinander verglichen, die näher an der nächst schnelleren Zeit mit einem größeren Abstand von 0,5 Sekunden sind. (z.B. Zeit A=35,22 s; Zeit B=36,69 s; Zeit C 36,89 s; Zeit D=36,99 s; B=C=gleiche Platzierung).

Bei einer vollautomatischen, digitalen Messung mit Sensoren ist eine Messgenauigkeit von drei Nachkommastellen zulässig.

Pro aktivem Athlet ist mindestens ein Schiedsrichter verpflichtend.

## 9.5. Stoppen der Zeitmessung

Die Zeitnahme stoppt entweder durch Erreichen des letzten Checkpoints (Buzzer), Ablauf des Zeitlimits oder beim Verbrauch aller zulässigen Versuche des Athletens nach seinem letzten Fehler.

Um die Zeitmessung am Ende einer Stage zu stoppen, muss ein Buzzer gedrückt werden. Alternativ kann auch ein Element zu berühren oder zu aktivieren sein, welches ein eindeutiges optisches/akustisches Signal ausgibt. Für Athleten muss eindeutig erkennbar sein, ob bei einem elektronischen System die Zeitmessung durch Betätigen des Buzzers gestoppt wurde.

Für LK1 Wettkämpfe muss für alle Checkpoints beim erstmaligen Erreichen eine Zwischenzeit genommen werden.

Für die Endwertung bei LK1 ist die Zwischenzeit des höchsten erreichten Checkpoints ausschlaggebend (Checkpointsystem)

# 10. Ergebnisse

## 10.1. Endwertung

Besteht ein Wettkampf aus mehreren Runden, kann als Endwertung entweder das Ergebnis der letzten Runde (Finale) genommen werden, oder einzelne Runden werden zusammen gewertet. Die Gewichtung und Art der Wertung einzelner Runden obliegt dem Veranstalter und muss im Veranstalter-Regelwerk festgehalten werden.

Für LK1 Stages ist das Checkpointsystem Pflicht (siehe 9.5.)

Wurde für eine LK2 Stage keine Wertung definiert, gilt ebenfalls das Checkpointsystem.

Die Wertung muss so definiert sein, dass eine eindeutige Rangfolge ermittelt werden kann. Angemeldete Athleten, welche nicht am Wettkampf anwesend waren, dürfen in der Ergebnisliste nicht aufgeführt werden.

## 10.2. Geteilte Plätze

Der Veranstalter muss im Vorfeld definieren, was passiert, wenn Athleten sich einen Platz teilen. Das umfasst vor allem die Verteilung von Gewinnen bei der Finalplatzierung und die Qualifikationsgrenzen bei mehreren Runden. Wurde nichts definiert, werden gleiche Plätze an der Qualifikationsgrenze zusätzlich mit in die nächste Runde genommen. Bei geteilten Plätzen gilt als Standard: Es wird das Ergebnis vorheriger Runde berücksichtigt, wenn danach immer noch kein Unterschied festgestellt werden kann, teilen die betroffenen Athleten sich den Platz und die Preise.

## 10.3. Ende des Wettkampfes

Der Wettkampf endet mit der Siegerehrung.

## 10.4. Bekanntgabe

Unmittelbar nach Ende einer Runde und nach Ende des Wettkampfes müssen die Athleten vom Veranstalter über das aktuelle Ergebnis informiert werden. Jedem Athlet ist seine persönliche Wertung zugänglich zu machen (im Rahmen der Veröffentlichung aller Wertungen).

## 10.5. Einspruch

Nach dem Ende jeder Runde und der Siegerehrung gilt eine Einspruchsfrist gegen die errechnete Platzierung von 15 Minuten. Sofern innerhalb dieser Frist kein Einspruch beim Veranstalter eingeht, gelten sämtliche Ergebnisse als verbindlich und dürfen im Nachgang nicht mehr angepasst werden. Ein Einspruch kann mündlich erfolgen und bedarf nicht der Schriftform. Fehler in der Auswertung können vom Veranstalter bis zum Abschluss der Siegerehrung geändert werden.

## 10.6. Übermittlung der Ergebnisse

Die Endergebnisse müssen innerhalb 48 Stunden an einen zentralen Ergebnisdienst der Community übermittelt werden. Für eine bessere Datenqualität sollte die Datei in einem Excel-Format sein.

# 11. Anti-Doping

Es gelten die Anti-Doping-Regeln der WADA (World Anti Doping Agency)  
Die IGN definiert ihre Anti-Doping-Richtlinien nach den Vorgaben des zuständigen Weltverbands für den Ninja-Sport.

<https://www.wada-ama.org>

## 12. Sanktionen

Die IGN akkreditiert Wettkämpfe, die nach diesem Regelwerk abgehalten werden wollen. Eine Akkreditierungskommission des Vorstands der IGN benennt einen Kommissar, der dem Veranstalter als Ansprechpartner dient. Der Kommissar begleitet den Veranstalter durch den gesamten Prozess.

Kommen Kommissar oder Kommission zu der Einschätzung, dass ein Wettkampf nicht nach den Regeln dieses Regelwerks abgelaufen ist, kann eine Sanktion ausgesprochen werden. Es gibt zwei Sanktionsmöglichkeiten:

- Entzug der Akkreditierung: Der Wettkampf wird nicht akkreditiert, die Eintragung der Ergebnisse erfolgt nicht.
- Sperre des Veranstalters: Die Akkreditierung des Veranstalter kann für künftige Veranstaltungen verwehrt werden.

## 13. Begriffsdefinitionen / Glossar

### **Restpoint**

Vom Veranstalter definierter Bereich innerhalb eines Hindernisses, in welchem der Athlet alle Körperteile benutzen darf, um zu pausieren. In diesem Bereich gelten andere Erlaubte Elemente als im restlichen Hindernis. Die Pausenzeit kann durch ein Zeitlimit eingeschränkt werden.

### **Berührung**

Kontaktherstellung mit einem Gegenstand, bei dem nur minimale Kräfte wirken und kein Vorteil für den Athleten entsteht.

### **Aktive Nutzung**

Vollständiger Kontakt mit einem Gegenstand, bei dem Kräfte auftreten, die eine deutlich sichtbare Reaktionskraft/Kraftumlenkung erzeugen. Indiz für Reaktionskraft/Kraftumlenkung:

Die vollständige Unterstützung des Körpergewichtes am betreffenden Element ist kurzzeitig deutlich sichtbar und es entsteht ein Vorteil für den Athleten

### **Rest-Cap**

Maximale Zeit, die für einen Restpoint oder eine Fläche außerhalb eines Hindernisses zum pausieren genutzt werden kann. Vor Ablauf der Zeit muss der Athlet die definierte Zone verlassen haben oder in das nächste Hindernis einsteigen.

### **Buzzer**

Kontaktfläche, die mit einem Körperteil berührt werden muss.

Ein Buzzer muss ein für den Athleten erkennbares akustisches oder optisches Signal abgeben, welches vom Schiedsrichter eindeutig erkannt werden kann. Zusätzlich kann ein elektronisches Signal zur Nutzung eines Zeitmesssystems ausgelöst werden.

### **Checkpoint**

Definierte Stellen innerhalb eines Hindernisses oder einer Stage, welche den Fortschritt eines Athleten festlegen. Folgende Checkpunkte können erreicht werden:

-Berührungs-Checkpoint (BP), wird gewährt, wenn der definierte Punkt mit einem beliebigen Körperteil berührt wird.

-Benutzungs-Checkpoint (AP), wird gewährt, wenn der als Checkpunkt definierte Teil des Hindernisses aktiv benutzt wird.

### **Blockieren**

Begriff aus dem Duellmodus, ein Athlet ist früher an einem geteilten Hindernis und verhindert dadurch das Fortschreiten des anderen Athleten.

### **Behindern**

Ein Athlet verhindert bewusst durch offensive körperliche Aktionen wie festhalten oder ähnlichem das Voranschreiten eines anderen Athleten

### **Saison**

Von einer Wettkampfserie, Liga oder einem Veranstalter definierter Zeitraum in welchem Wettkämpfe für das jeweilige Ranking zählen

Für das IGN-Ranking ist die Saison immer das laufende Kalenderjahr.

### **Versuch**

Als ein Versuch ist die Zeit zwischen Einstieg und Verlassen des Hindernisse/Hindernisabschnittes definiert.

### **Element**

Teil eines Hindernisses, welches eine feste Verbindung zur Aufhängung aufweist. Sind mehrere

Objekte miteinander verbunden durch Seile, Verbinder etc, zählt es als ein Element, wenn es eindeutig als ein Element erkennbar ist.

### **loses Element**

Hindernis, welches keinen festen Kontakt zur Aufhängung aufweist (Ausnahme Sicherheitsseil) und welches als Hilfsmittel genutzt wird, um ein Hindernis zu absolvieren (z.B. Ring, Seil, Stange, Gurke etc.)

### **Wildcards**

Vom Veranstalter festgelegte Startplätze für ausgewählte Athleten, welche den normalen Anmeldeprozess eines Wettkampfes umgehen.