



Andreas Schaub · Hofreutstraße 14 · 94146 Hinterschmiding

Kader-Koordinator Niederbayern

Andreas Schaub

Hofreutstraße 14
94146 Hinterschmiding
Handy: 0160/5661728
E-Mail: andy-schaub@t-online.de

**an alle Leichtathletik-Vereine
in Niederbayern**

Landeskader U 15 Niederbayern 2025/2026 für die Jahrgänge 2013 und 2014

- Ausschreibung zur Talentiade -

Am **Samstag, den 10. Oktober 2026** wird der Bezirk Niederbayern im Sportzentrum der Universität Passau junge Athletinnen und Athleten der Jahrgänge 2013 und 2014 sichten und ca. 30 bis 35 von ihnen in den Landeskader U 15 Niederbayern (neue Bezeichnung für den E-Kader) berufen. Der Landeskader U 15 ist die erste Förderungsstufe im Bayerischen Leichtathletik-Verband (BLV) und wird auf Bezirksebene durchgeführt.

Der Landeskader U 15 zielt sowohl auf die Weiterbildung und Information der Heimtrainer, als auch auf die Sichtung und sportliche Förderung der Nachwuchs-Athleten ab.
Folglich ergibt sich die These, wonach eine im Rahmen der Kader-Lehrgänge kontinuierliche und auf die Inhalte des Rahmentrainingsplans „Grundlagentraining“ basierende Zusammenarbeit mit ausgewählten Athleten und deren Heimtrainern, zu einer inhaltlichen Weiterentwicklung des Heimtrainings führen muss.

Bitte beachten Sie hierzu die Ausführungen der E-Kader-Konzeption des BLV. Diese ist zu finden unter www.blv-sport.de → Leistungssport Landeskader U 15 → Kader Konzeption/Anforderungen Kader

Die Kader-Konzeption schreibt vor, dass alle zu berufenden Athletinnen und Athleten sich einem Talenttest zu stellen haben. Dabei soll der Nachweis einer umfassenden Grundausbildung erbracht werden.

Es werden Schnelligkeit (30m fliegend), Sprungkraft (Fünferhopp), Wurfkraft (Kugelschocken vorwärts) und die Ausdauer (Cooper-Test=12 Minuten ununterbrochenes Laufen) getestet und gemäß einem Punktesystem (0 bis 10 Punkte) bewertet. Die aktuelle, neu erstellte Punktetabelle wird bei der Talentiade ausgehängt und ist im Anhang der Ausschreibung zu finden.

Wichtige Bausteine in der Sportart Leichtathletik sind außerdem Athletik und Turnen. Leider werden sie in den Schulen nur noch in unzureichendem Maße vermittelt und geschult. Dabei kommt kaum eine Sportart ohne diese Bausteine aus. Athletik und Turnen gehören zu den Grundlagen, genauso wie das Erlernen von Laufen, Springen und Werfen.

Aus diesem Grund werden bei der Talentiade, im Teil des gemeinsamen Aufwärmens, Übungen aus dem athletischen und turnerischen Bereich durchgeführt.

Auf der folgenden Seite befinden sich ein detaillierter Ablaufplan sowie weitere wichtige Informationen zur Talentiade.



BAYERISCHER LEICHTATHLETIK-VERBAND E.V.

BEZIRK NIEDERBAYERN



Ausschreibung Talentiade am 10.10.2026
Sportzentrum Universität Passau, Innstraße 45, 94032 Passau

9:15 Uhr: Begrüßung

9:30 Uhr: Gemeinsames Aufwärmen mit athletischen und turnerischen Elementen

Jeder Teilnehmer sollte folgende Übungen mindestens in der Grobform beherrschen:

- Übungen des Lauf ABCs (Skippings, Kniehebelauf, Anfersen, Hopserlauf etc.)
- Grundlegende Gymnastikübungen
- Turnen: Rollen vorwärts und rückwärts, Handstand, Rad auf beiden Seiten, Liegestütze etc.

10:15 Uhr: Testübungen (bei passendem Wetter im Stadion)

- 30 m fliegend
- Fünferhopp
- Kugelschocken vorwärts
- Cooper-Test/12 min-Lauf

danach: Mittagspause (Selbstversorgung)

13:15 Uhr: Abschlussspiel, anschließend Siegerehrung und Verabschiedung

Wir bitten um Verständnis, dass am Tag der Talentiade keine endgültige Aussage über die Aufnahme in den niederbayerischen Landeskader U 15 getroffen werden kann. Eine erste Bekanntgabe der Kadermitglieder, die es sicher in den Landeskader geschafft haben, erfolgt zum Ende der Talentiade. Die weitere Auswahl wird in einer gesonderten Sitzung des Kaderteams durchgeführt. Die ausgewählten Athletinnen und Athleten sowie deren Heimtrainer erhalten in der Woche nach der Talentiade persönliche Einladungen und einen detaillierten Ablaufplan bzgl. der geplanten Kadermaßnahmen.

Teilnahmeberechtigt an der Talentiade sind **ausschließlich** Athletinnen und Athleten der Jahrgänge 2013 und 2014 aus allen niederbayerischen Vereinen.

Der Anmeldebogen liegt diesem Schreiben bei und muss bis spätestens Mittwoch, 07.10.2026 an mich zurückgesandt werden (am besten eingescannt per E-Mail oder als Foto per WhatsApp).

Sollte eine Athletin oder ein Athlet am 10.10.2026 aus einem wichtigen Grund nicht an der Talentiade teilnehmen können, kann der Heimtrainer einen schriftlichen Antrag auf Aufnahme in den niederbayerischen Landeskader stellen. Dabei muss er die Leistungen seines Athleten der Saisons 2025 und 2026 angeben. Aufgrund dieser Leistungen entscheidet das Kader-Team, ob der Athlet in den Kader aufgenommen wird. Der Antrag muss aber unbedingt bereits im Vorfeld der Talentiade gestellt werden, damit im Anschluss möglichst schnell die Teilnehmer des Kaders festgelegt werden können.

Vorschau:

Im Rahmen der Kadermaßnahmen (die Lehrgangstermine werden noch bekannt gegeben) werden für die Heimtrainer auch Fortbildungen angeboten, die neben der (aktiven) Hospitation des Trainings auch einen theoretischen Teil aufweisen. Wie bereits in den letzten Jahren werden auch in diesem Jahr dafür Fortbildungsstunden für die verschiedenen Trainerscheinen gutgeschrieben. Die Eltern der Athleten sind bei den Fortbildungen ebenfalls herzlich willkommen.

Solltet Ihr noch Fragen bezüglich der Talentiade haben, stehe ich Euch gerne zur Verfügung.

Mit sportlichen Grüßen

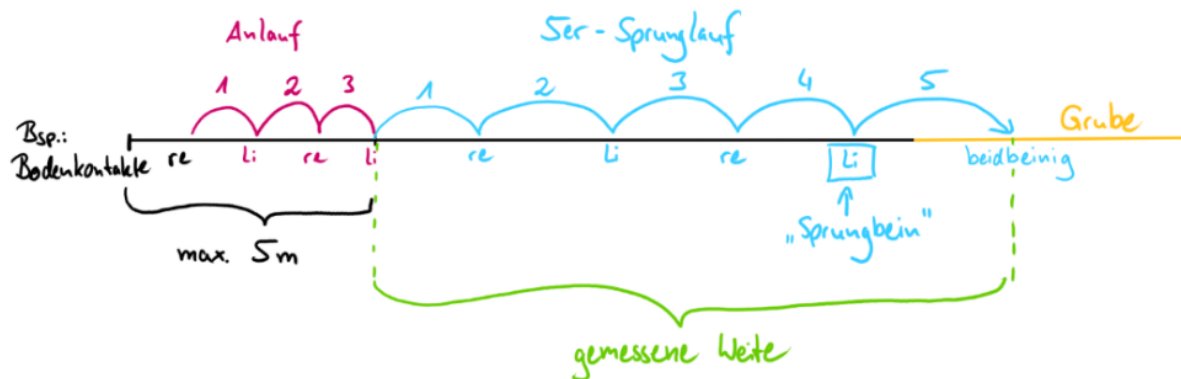
Andreas Schaub



NEU: Anpassung der Testdisziplinen: Durchführungshinweise

30 m fliegend: 10 Metern Anlauf, Messung erfolgt über zwei Lichtschranken zwischen 10 und 40 m

Ser-Hop: 3 Schritte Anlauf (max. 5 m); erlaubte Sprungfolgen: re – li – re – li – re – Landung oder
li – re – li – re – li – Landung



Kugelschocken vorwärts: alle mit 3-kg-Kugel; ein Absprung in den Wurf/Übertreten nach dem Abwurf ist erlaubt/erwünscht

Cooper-Test: 12-Minuten-Lauf

NEU: Anpassung der Punktetabelle (siehe auch Anhang)

Medizinballschocken [m] mit 3 kg			30m-fliegend [sec] mit 10 m Anlauf		5er-Sprunglauf [m] mit 3 Schritten Anlauf		Cooper-Test [m]	
männlich	weiblich				männlich	weiblich	männlich	weiblich
0 P.	5,99 & kürzer	5,39 & kürzer	0 P.	4,50 & weniger	0 P.	7,49 & weniger	0 P.	1849 & weniger
1 P.	6,00 – 6,59	5,40 – 5,99	1 P.	4,49 – 4,40	1 P.	7,50 – 8,19	1 P.	1850 – 1999
2 P.	6,60 – 7,19	6,00 – 6,59	2 P.	4,39 – 4,30	2 P.	8,20 – 8,89	2 P.	2000 – 2149
3 P.	7,20 – 7,79	6,60 – 7,19	3 P.	4,29 – 4,20	3 P.	8,90 – 9,59	3 P.	2150 – 2299
4 P.	7,80 – 8,39	7,20 – 7,79	4 P.	4,19 – 4,10	4 P.	9,60 – 10,29	4 P.	2300 – 2449
5 P.	8,40 – 8,99	7,80 – 8,39	5 P.	4,09 – 4,00	5 P.	10,30 – 10,99	5 P.	2450 – 2599
6 P.	9,00 – 9,59	8,40 – 8,99	6 P.	3,99 – 3,90	6 P.	11,00 – 11,69	6 P.	2600 – 2749
7 P.	9,60 – 10,19	9,00 – 9,59	7 P.	3,89 – 3,80	7 P.	11,70 – 12,39	7 P.	2750 – 2899
8 P.	10,20 – 10,79	9,60 – 10,19	8 P.	3,79 – 3,70	8 P.	12,40 – 13,09	8 P.	2900 – 3049
9 P.	10,80 – 11,39	10,20 – 10,79	9 P.	3,69 – 3,60	9 P.	13,10 – 13,79	9 P.	3050 – 3199
10 P.	11,40 & mehr	10,80 & mehr	10 P.	3,59 & schneller	10 P.	13,80 & mehr	10 P.	3200 & mehr