

Kreismeisterschaften Würzburg
in den **Mehrkämpfen und Kurzstaffeln U14 / U12**
in der **Kinderleichtathletik U10 / U 8** und im **Stabhoch**

Ausrichter: TG Höchberg

Wettkampfort: Höchberg, Waldsportplatz

Tag/Zeit: 03.10.2016 (Montag); Beginn: 10.00 Uhr

Meldung: Wilfried Dilger, Nikolausweg 10, 97204 Höchberg
Online COSA Meldeportal: www.ladv.de

nur in Ausnahmefällen: wiri.dilger@gmx.de
Info: Tel.: 0931 / 49850

Meldeschluss: Mi,, 28.09.2016

Wettbewerbe:

Mannschaftswertung

Vierkampf W13/12 - 2003/2004 WJ U14 (5 TN)

Drei-**oder** Vierkampf W11/10 - 2005/2006 WK U12 (5 TN)

Vierkampf M13/12 - 2003/2004 MJ U14 (5 TN)

Drei-**oder** Vierkampf M11/10 - 2005/2006 MK U12 (5 TN)

4x75m-Staffeln U 14 - 2003/2004 W/M 13/12 getrennt

4x50m-Staffeln U 12 - 2005/2006 W/M 11/10 getrennt

Kinderleichtathletik für Mannschaften und Einzelwettkämpfer(U10)

Ein Team besteht aus mind. 6, jedoch höchstens 11 Kindern. Mädchen und Jungen bilden eine gemeinsame Mannschaft.

Für jede Mannschaft und für Einzelwettkämpfer ein Meldeformular auf ladv.de (Ausschreibung : Höchberg-03.10.2016) herunterladen und an wiri.dilger@gmx.de mailen.

Neben der Teamwertung für alle gibt es auch eine Einzelwertung für U 10

U10 (2007 und 2008)

(Teamwertung 1-4)

(Einzelwertung 1-3)

U8 (2009 und jünger)

(nur Teamwertung 1-4)

1) 30m-Sprint (2x)

2) Hoch-Weitsprung (AH: 60cm)

3) Reifenwurf (20 Zoll)

4) Team-Biathlon

1) 30m-Sprint (2x)

2) Hoch- Weitsprung (AH: 45cm)

3) Reifenwurf (18 Zoll)

4) Team-Biathlon

Erläuterungen zu der Disziplinen auf Seite 2!

Ablauf:

10.00 Uhr	Staffeln
10.30 Uhr	Mehrkämpfe
12.30 Uhr	Kinderleichtathletik
14.00 Uhr	Stabhoch

Ein genauer Zeitplan wird rechtzeitig unter www.blv-unterfranken.de, auf der blv-Termin Datenbank und im Cosa-Ladv-Meldeprogramm veröffentlicht.

Startgebühren: Mehrkampf 5 € Staffel 4 € Team U10/8 30 €

Erläuterungen zu den Disziplinen der Kinderleichtathletik

1) 2x30m-Sprint (Für alle Teammitglieder)

- 1. Start aus der Bauchlage 2. Hochstart aus der Schrittstellung
- keine Startblöcke - Startkommando: Auf die Plätze – Schuss!
- Die beiden Zeiten werden zusammengezählt.
- Die sechs besten Ergebnisse des Teams ergeben das Mannschaftsergebnis.

2) Hoch-Weitsprung in die Weitsprunggrube (alle Teammitglieder nehmen teil)

- 10m frontaler Anlauf (U8 - 8m) , Sprung über eine Latte, beidbeinige Landung,
- Höhen: 60cm- 70cm- 80cm-85cm-90cm.... (U8: 45cm-55cm-65cm-70cm-75cm.....),
- bei jeder Höhe maximal 2 Versuche, jeder Teilnehmer muss jede Höhe springen,
- das beste Resultat von den besten 6 Teilnehmern einer Mannschaft geht in die Wertung,

3) Wurf mit kleinen Fahrradreifen (für alle Teammitglieder)

- Wurf aus der Wurfauslage (aus dem Stand, keine 360° Drehung),
- 3 Versuche, die zwei besten Weiten eines Kindes werden gewertet,
- die sechs besten Ergebnisse des Teams ergeben das Mannschaftsergebnis.
- Reifengröße: U8:18 Zoll – U10: 20 Zoll

4) Biathlonstaffel (für alle Teammitglieder) - 5 Minuten

- Jeder läuft eine Runde (ca. 40 m mit kleinen Hindernissen) im ständigen Wechsel
- gegen Ende jeder Runde dann 3 Würfe mit Gymnastikball auf 5 Hütchen
- nach jeder Runde Wechsel zum nächsten Läufer- insgesamt 5 Minuten lang
- es gibt keine Strafrunden
- Wertung: Summe der abgeworfenen Hütchen aller Teammitglieder

Laut DLO ist jeder Verein verpflichtet, neben dem Mannschaftsbetreuer einen Wettkampfhelfer zu stellen (Eltern ansprechen!).

Neben den Urkunden für alle (U10: die ersten acht!) gibt es im Drei-/Vierkampf Medaillen für die Podestplätze in der Einzelwertung

Für den Ausrichter: Wilfried Dilger TG Höchberg Info: (0931/49850)