



SPORT-CLUB STEINBERG 1953 E.V. • Taunusstraße 16 • 63128 Dietzenbach

An die

Leichtathletik Vereine

Im Kreis OF/ HU

Aikido	Basketball
Fußball	Judo
Langlauf	Leichtathletik
Rollsport	Tennis
Tischtennis	Turnen
Volleyball	Wandern
Sportabzeichen	

Abteilung Leichtathletik: René Kramer Römerstr. 2 63128 Dietzenbach Tel: 0 60 74/ 4 62 62 Handy: 0172/ 6720603 eMail: leichtathletik@sc-steinberg.de

7. FUN-ATHLETICS am Sonntag, den 18. März 2012, um 11.00 Uhr in der Sporthalle der Heinrich-Mann-Schule, Etrusker Str.2, Dietzenbach-Steinberg

Der Wettbewerb:

Wir wollen in unserem LE Kreis OF/ HU eine etwas andere Art der Hallenwettkämpfe in der Leichtathletik anbieten.

Die Ausübung des Wettbewerbs basiert auf dem Grundlagentraining in der Leichtathletik. Die Intention bleibt dabei die gleiche, nämlich Leichtathletik im Team in ihrer ganzen Vielseitigkeit zu erleben. Die Kinder werden in Vierer-Teams antreten, die sich aus Jungen und Mädchen zusammensetzen. Im Idealfall bilden zwei Mädchen und zwei Jungen ein Team. Jedes Teammitglied absolviert einen Sechskampf, jeweils zwei Disziplinen aus den Bereichen Sprint/Lauf, Sprung und Wurf. Alle Leistungen tragen zum Mannschaftsergebnis bei! Die Ideen sind dem Skript „Kid´s Athletics“ der IAAF entnommen.

Die Teams:

Startberechtigt sind Teams der folgenden Klassen:

Neu U8 = Minis (Jg. 2005 und jünger)

Neu U10 = D-Schüler/innen (Jg. 2003/2004)

Neu U12 = C-Schüler/innen (Jg. 2001/2002)

Teams bitte unbedingt mit Team-Namen melden!!! z.B. Die Wiesel

SPORT-CLUB STEINBERG 1953 E.V.



Für die erstplatzierte Mannschaft jeder Altersklasse gibt es einen Wanderpokal. **Die Gewinner aus 2011, bitte den Wanderpokal mitbringen.**

Die Teams der gemeinsamen Altersklassen werden zusammen von Station zu Station den Wettkampf bestreiten. **Pro Gastteam sollte deshalb ein Riegenführer bei der Anmeldung benannt werden.**

Die Wertung:

Gewertet wird bei allen Disziplinen nach dem Rangplatzsystem: Treten z.B. sechs Teams gegeneinander an, erhält die schnellste Hindernis-Staffel sechs Punkte, die zweitschnellste fünf Punkte und die letzte noch einen Punkt. Bei den Sprung- und Wurfdisziplinen werden zunächst die Leistungen der Teammitglieder addiert. Die Gesamtweite wird mit den Gesamtweiten der anderen Mannschaften wiederum in ein Rangplatzsystem geordnet.

Meldungen: mit Angabe der Namen und Jahrgänge der Teammitglieder und mit Team-Namen bis zum **12. März 2012** an:
René Kramer, Römerstr.2, 63128 Dietzenbach
Tel.: 06074/ 46262
Email: srkramer@t-online.de

Um - auch in eurem Sinne - einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, sind Nach- bzw. Ummeldungen nur bis 10:00 Uhr am Wettkampftag möglich.

Ehrungen: Die Siegerehrung findet im Anschluss an die Wettbewerbe statt. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde.

Gebühren: € 10,00 pro Team (€ 2,50 pro Kind)

Haftung: Für Unfälle, Diebstähle und sonstige Schäden übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

Für Essen und Getränke ist bestens gesorgt und wir wünschen allen Teilnehmern, Betreuern und Zuschauern viel Spaß!

René Kramer
Abteilungsleiter Leichtathletik



Die Disziplinen:

1. Hindernisstafel:

Die Hindernisstafel wird je nach Altersklasse differenziert durchgeführt. Die Laufstrecke ist für alle Klassen gleich:

Gestartet wird mit einer Rolle vorwärts nach dem Kommando „Auf die Matte, Rolle, Los!“. Der Startläufer sprintet zunächst ca. 35 m flach, umläuft eine Fahnenstange und übergibt den Staffelstab seinem Teammitglied, das wiederum auf einer Turnmatte auf ihn wartet. Der zweite Läufer übersprintet nach der Rolle vorwärts auf dem Rückweg die Hindernisstrecke, umläuft eine Fahnenstange und übergibt den Staffelstab an Läufer 3. Dieser sprintet wieder die Flachstrecke. Der Lauf wird so lange fortgesetzt, bis jedes Teammitglied einmal die Flachstrecke und einmal die Hindernisstrecke gelaufen ist.

U8/ U10 Minis/Schüler D: Es darf zwischen Staffelstab oder Tennisring gewählt werden. Die Hindernisstrecke besteht aus Schaumstoffhürden und einem Kriechtunnel.

U12 Schüler C: Es muss der Staffelstab benutzt werden. Auf der Hindernisstrecke stehen 3 Hürden (64 cm Höhe) in 7 m Abstand.

2. Standweitsprung:

Ein Teammitglied springt aus dem Stand so weit wie möglich. Das zweite Kind des Teams springt ab der Landestelle des ersten (Ferse) ebenfalls so weit es kann. Gemessen wird die Gesamtweite nach allen vier Springern. Es zählt der bessere Versuch aus zwei Durchgängen.

3. Geschwindigkeitsspringen:

Das Geschwindigkeitsspringen erfolgt durch beidbeiniges seitliches Überspringen eines ca. 20 cm hohen flexiblen Seiles (Zauberschnur). Jeder Teilnehmer hat je nach Altersgruppe zwischen 10 und 15 Sekunden Zeit, in der so viele seitliche Sprünge wie möglich absolviert werden (**U8** Minis 10 Sekunden, Schüler/innen **U10/ U12 C + D** 15 Sekunden). Die Summe der Sprünge aller Teammitglieder wird addiert.



4. Zielwurf:

Geworfen wird aus der Schrittstellung auf eine Sprossenwand, an der die verschiedenen Öffnungen mit Punkten (1-3-5) gekennzeichnet sind. Jeder Teilnehmer hat drei Versuche. Pro Treffer werden die erzielten Punkte gut geschrieben.

U8 Minis werfen aus ca. 4 m Abstand mit dem Schlagball, **U10/ U12 D- und C-Schüler/innen** werfen aus ca. 5 m Abstand ebenfalls mit dem Schlagball.

5. Werfen mit dem Heuler / Softspeer:

Beim Weit-Werfen mit dem Vortex-Heuler (**U8 Minis**) bzw. Softspeer (Schüler/innen **U10/U12 D + C**) hat jedes Kind drei Versuche. Gemessen wird auf 10 cm genau (hier aufrunden!).

6. Grand Prix:

Der Grand Prix ist die große Abschlussstaffel. Der Parcours führt durch die ganze Halle und ist aufgeteilt in einen Sprint-, Hürden-, Hindernis- und Slalombereich. Gestartet und gewechselt wird wieder mit einer Rolle vorwärts; Staffelstab bzw. Tennisring kommen wieder zum Einsatz.