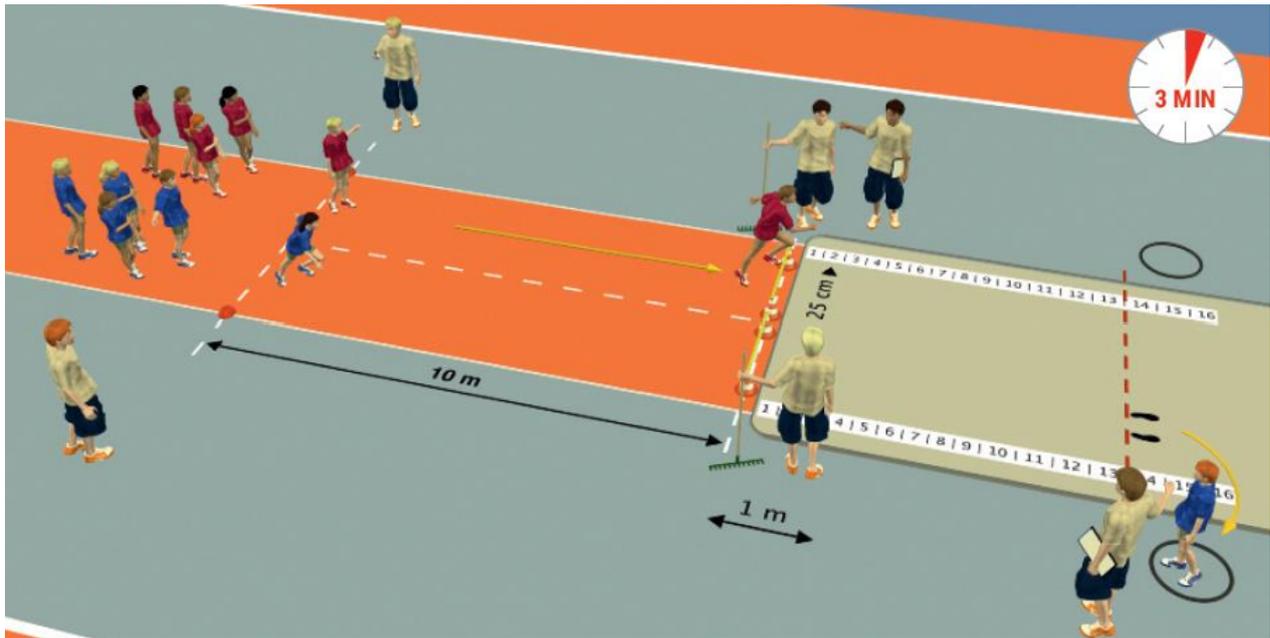


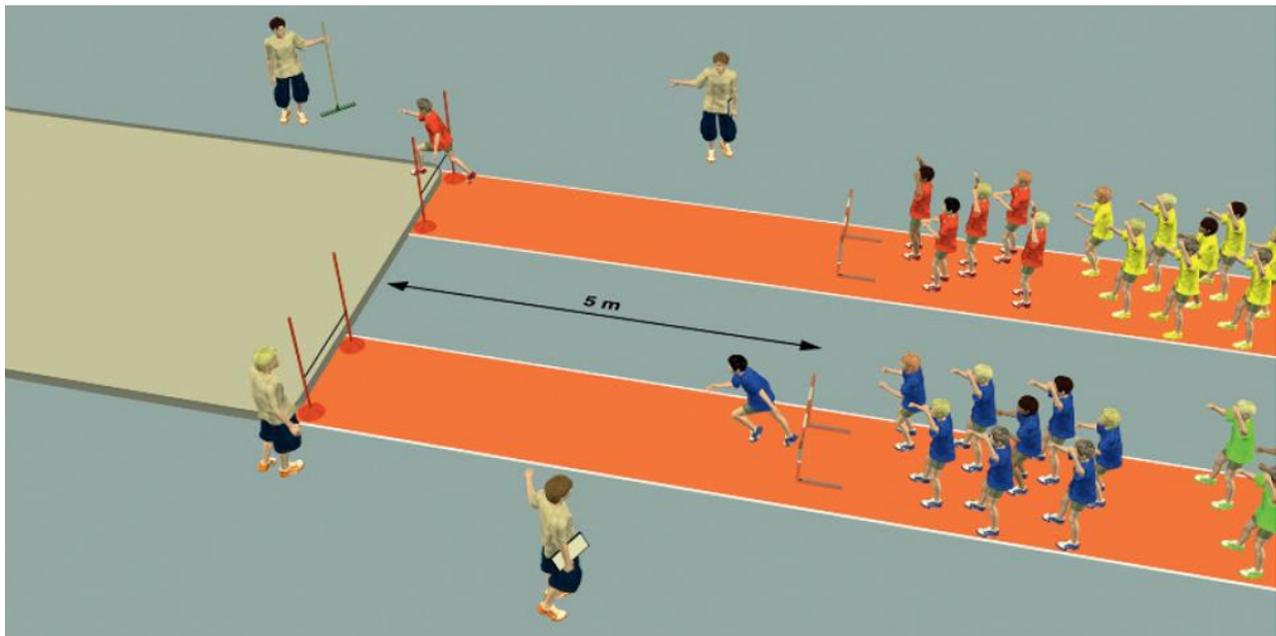
Weitsprungstaffel



Kurzbeschreibung

- Ziel ist es bei jedem Sprung so weit wie möglich zu springen und als Staffel in einer bestimmten Zeit die größte Gesamtweite zu erzielen.
- 10m vor einer Absprungrichtung wird der Anlaufpunkt markiert. Seitlich wird die Weitsprunggrube in 25cm Zonen unterteilt. Nach etwa 4m wird ein Reifen neben die Grube gelegt.
- Mit dem Kommando „Fertig! Los!“ läuft das erste Kind an, springt vor der Absprungmarkierung einbeinig ab und landet möglichst beidbeinig in der Grube.
- Nach der Landung läuft das Kind direkt zum Reifen neben der Grube, sobald es diesen mit beiden Beinen betreten hat, darf das nächste Kind des Teams mit dem Anlauf an der Startlinie beginnen.
- Nach 3 Minuten wird der Durchgang durch ein akustisches Signal beendet.
- Für jeden korrekte Sprung erhält das Team die Punkte der jeweilig erreichten Zone.
- Jede Staffel geht zweimal an den Start. Die Punktzahl aus dem besseren Durchgang bildet das Teamergebnis.
- Gewertet wird der dem Absprung nächstgelegene Körperabdruck.
- Der Versuch ist ungültig, wenn nicht einbeinig abgesprungen wird, die Absprungmarkierung verschoben wird oder das Kind zu früh startet. Ungültige Versuche werden mit 0 bewertet.
- Alle Kinder einer Mannschaft müssen an den Start gehen.

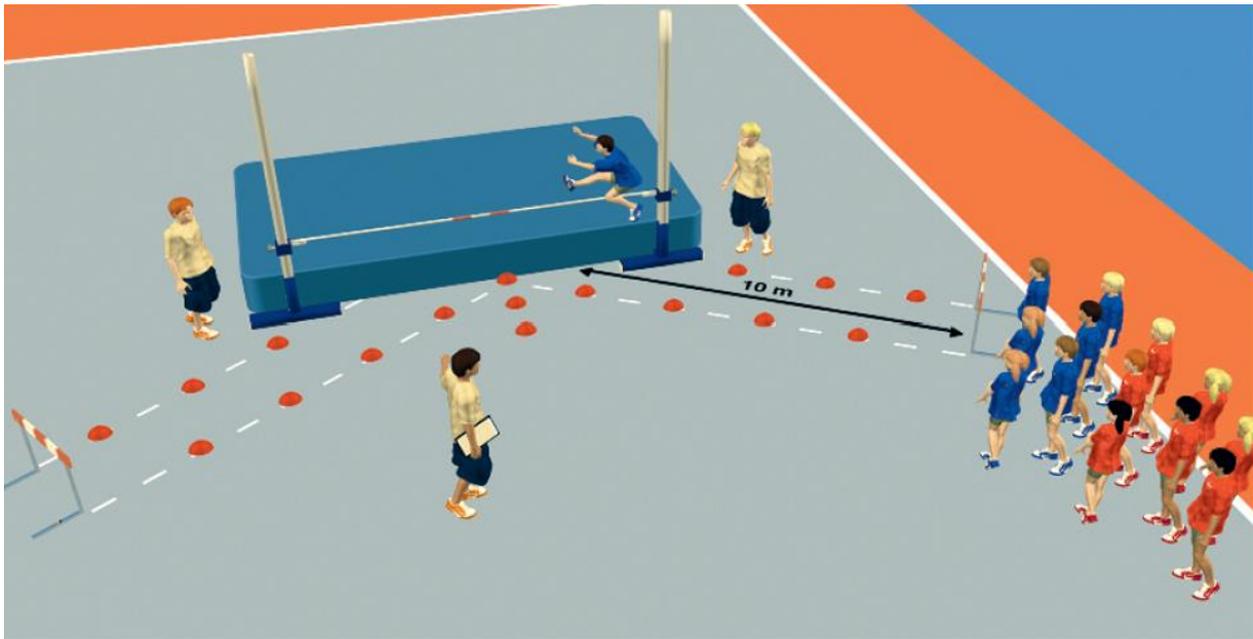
Hoch-Weitsprung U8 / U10



Kurzbeschreibung

- Ziel ist es nach einem begrenzten Anlauf einbeinig eine Querlatte zu überwinden und beidbeinig zu landen.
- Vor die Sprunggrube wird eine Querlatte als Hindernis aufgebaut. Die Latte wird nicht fixiert und fällt bei Kontakt herunter. Die jeweilige Startsprunghöhe wird mit der Ausschreibung bekannt gegeben.
- Der Anlauf wird mit einer Hürde auf maximal 5m begrenzt.
- Die Kinder laufen nacheinander an, springen einbeinig vor der Latte ab und landen möglichst beidbeinig im Sand. Die Latte darf dabei nicht herunterfallen.
- Die Lattenhöhe wird nach 2 Versuchen erhöht. Misslingen dem Kind beide Versuche scheidet es aus. Bis zum Ausscheiden dürfen die Kinder keine Höhe auslassen.
- Ausgeschiedene Kinder nehmen neben der Grube Platz.
- Der Sprung ist ungültig, wenn der Absprung vor dem Hindernis nicht einbeinig erfolgt, die Landung nicht auf beiden Füßen erfolgt oder die Querlatte herunterfällt.
- Ein Wettkampfhelfer signalisiert unmittelbar nach jedem Sprung, ob dieser gültig oder ungültig war.
- Die jeweils größte übersprungene Höhe des Kindes ergibt dessen Einzelleistung.
- Alle Kinder einer Mannschaft müssen an den Start gehen, die besten 6 Einzelleistungen gehen in die Gesamtwertung ein.

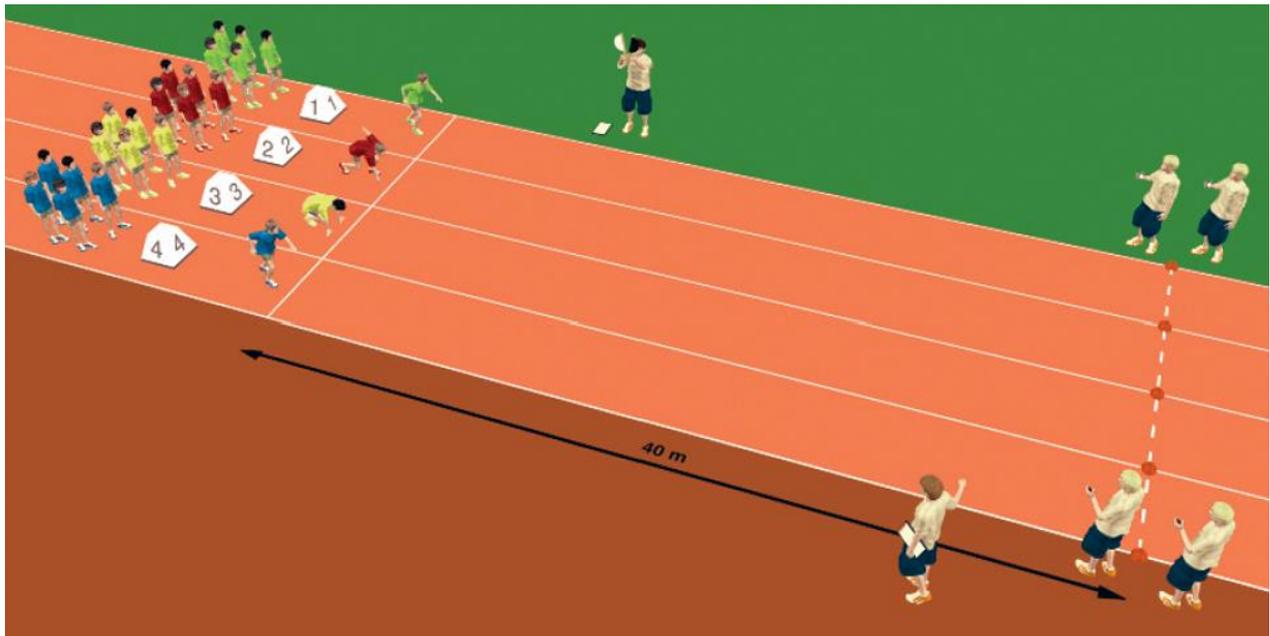
Hochsprung U12



Kurzbeschreibung

- Ziel ist es eine möglichst große Sprunghöhe zu überwinden.
- Die Einstiegshöhe ist bei 70cm und wird bis 100cm im 10cm-Schritt gesteigert. Ab 100cm geht es in 5cm-Schritten weiter.
- Die Kinder dürfen die Einstiegshöhe individuell wählen und einzelne Höhen auslassen.
- Die Kinder dürfen sich frei entscheiden, ob sie die Latte mit einem Schersprung oder wie beim Hochsprung üblich mit dem Flop überqueren.
- Jedes Kind hat für jede Höhe maximal 2 Versuche, misslingt auch der zweite, scheidet das Kind aus.
- Der Sprung ist ungültig, wenn der Absprung nicht einbeinig erfolgt oder die Latte herunterfällt.
- Ein Wettkampfhelfer signalisiert unmittelbar nach jedem Sprung, ob dieser gültig oder ungültig war.
- Die jeweils größte übersprungene Höhe eines Kindes ergibt dessen Einzelleistung.
- Alle Kinder einer Mannschaft müssen an den Start gehen, die besten 6 Einzelleistungen gehen in die Gesamtwertung ein.

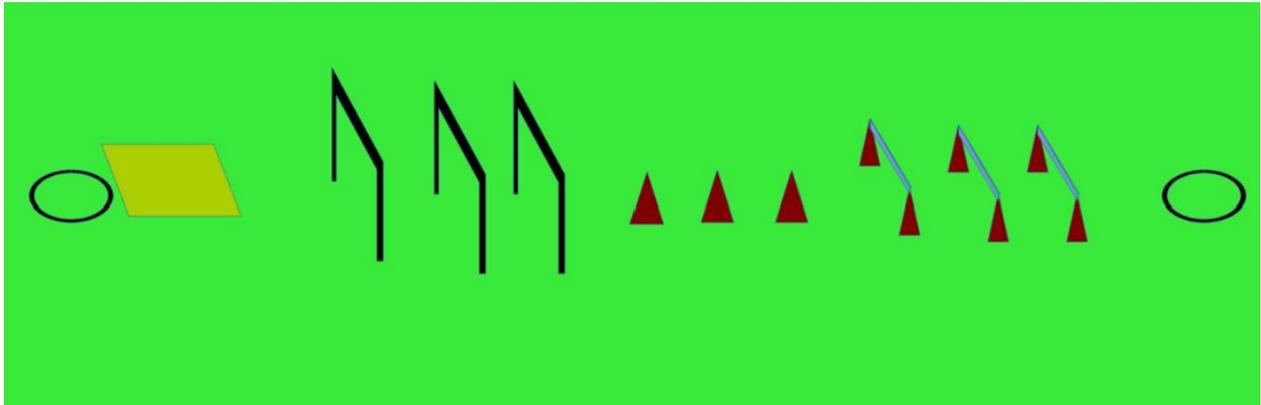
Sprint



Kurzbeschreibung

- Ziel ist es auf ein akustisches Signal die Sprintstrecke so schnell wie möglich zu laufen.
- Die Kinder absolvieren den Sprint auf das dreigeteilte Kommando „Auf die Plätze! Fertig! Los!“.
- Die Startposition ist bis zur U12 freigestellt, z.B. Hoch-, Dreipunkt- Tiefstart. Die U12 startet aus dem Startblock.
- Bei einem Fehlstart wird der Lauf per Pfiff abgebrochen. Der entsprechende Läufer wird altersgerecht abgemahnt (keine Disqualifikation).
- Als Fehlstart gilt, wenn ein Läufer in der „Fertig“-Position noch vor dem Startsignal zuckt oder über die Startlinie tritt.
- Die Laufzeiten werden per Stoppuhr (auf Zehntel aufgerundet) oder elektronisch gemessen und notiert.
- Alle Kinder einer Mannschaft müssen an den Start gehen, die besten 6 Einzelleistungen gehen in die Gesamtwertung ein.

Grand Prix



Kurzbeschreibung

- Ziel ist es den Staffelparcour so schnell wie möglich zu absolvieren.
- Es werden verschiedene Hindernisse aufgebaut, die überwunden werden müssen (z.B. unter Hürden krabbeln, Slalom laufen, Hindernisse überspringen, durch Reifen schlüpfen).
- Jedes Kind muss auf dem Hinweg alle Hindernisse korrekt ausführen, am Wendepunkt umkehren und ohne Hindernisse zurücklaufen. Beim Start klatscht er den nächsten Athleten ab, der den Parcour erneut von vorne durchläuft usw. Sobald der letzte Athlet die Startlinie berührt wird die Zeit gestoppt.
- Die Kinder absolvieren den Sprint auf das dreigeteilte Kommando „Auf die Plätze! Fertig! Los!“.
- Bei einem Fehlstart wird der Lauf per Pfiff abgebrochen. Der entsprechende Läufer wird altersgerecht abgemahnt (keine Disqualifikation).
- Als Fehlstart gilt, wenn ein Läufer in der „Fertig“-Position noch vor dem Startsignal zuckt oder über die Startlinie tritt.
- Die Laufzeiten werden per Stoppuhr (auf Zehntel aufgerundet) gemessen und notiert.
- 6 Kinder eines Teams bilden eine Staffel. Jedes Team hat 2 Versuche, der bessere geht in die Wertung ein. Jedes Kind aus dem Team muss an einem der beiden Versuche teilnehmen.