

HESSISCHER LEICHTATHLETIK VERBAND

Odenwaldkreis

Region Südhessen

Stefan Weis
Heubergweg 6
64720 Michelstadt/ Weiten-Gesäß
Tel. 06061 / 13103

Hallen-Kreismeisterschaften 2016 – Teil 2

Datum : **Sonntag, 06. März 2016**
Veranstalter : Leichtathletik-Verband Odenwaldkreis
Ausrichter : **SG Sandbach**
Austragungsorte : **Heinrich-Böhm-Halle in Sandbach**
Beginn : **ab 10.00 Uhr, Ablauf s. u. und Zeitplan**
Meldeschluss : **Dienstag, 01.03.2016**
Meldungen an : Willi Hartmann, Friedhofsweg 7, 64753 Brombachtal, Tel. 06063-1249
E-Mail: sportwart@hlv-odenwald.de
Startgebühren : € 3,00 je Teilnehmer, KiLA € 2,50 pro Teilnehmer

Ab 10.00 Uhr: **Kinderleichtathletik-Wettkämpfe (Mannschaften):**

Kinder TU 8 (M/W 7 u. jünger):

Team-Dreikampf (30m-Lauf – Staffel Einbeinhüpfen –
Medizinball-Stoßen) – siehe beigefügte Wettkampfkarten

Kinder TU 10 (M/W 8/9):

Team-Dreikampf (40m-Lauf – Hoch/Weitsprung – Medizinball-Stoßen) – siehe
beigefügte Wettkampfkarten

Ab 10.30 Uhr: U 12: Schüler/-innen C (M/W 10/11):

40 m-Lauf, 4x1 Rundenstaffel

Ab 12.00 Uhr: U 14: Schüler/-innen B (M/W 12/13):

40 m-Lauf, Kugelstoßen, 4x1 Rundenstaffel

Ab 13.00 Uhr: U 16: Schüler/-innen A (M/W 14/15):

40 m-Lauf, Kugelstoßen, 4x1 Rundenstaffel

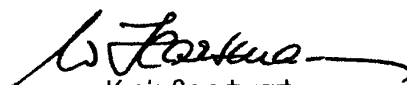
M/W U18/20 , Männer und Frauen bis Senioren/Seniorinnen

40 m-Lauf, Kugelstoßen, 4x1 Rundenstaffel

Bitte bei der KiLa-Meldung pro Team einen Teamführer und – wenn möglich – einen weiteren Helfer benennen!

In der Sporthalle dürfen **keine Spikes** und **keine Schuhe mit abfärbenden Sohlen** getragen werden!

Für Unfälle, Diebstahl oder sonstige Schadensfälle übernehmen der Veranstalter bzw. der Ausrichter keine Haftung!



Kreis-Sportwart

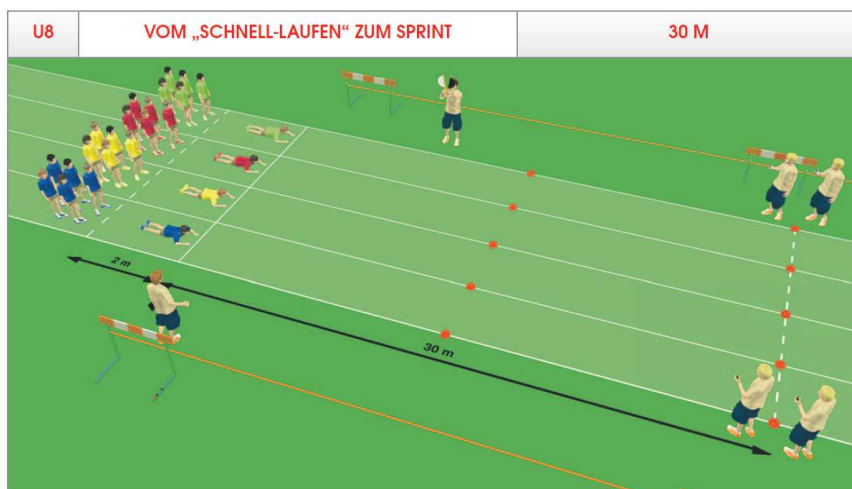
Brombachtal, im Dezember 2015/Februar 2016

Hallenkreismeisterschaften Teil 2 am 06. März 2016 in Sandbach

	U8	U10	U12		U14		U16		Männl. Jgd.	Männer	Weibl. Jgd.	Frauen	
	M/W7 u. jü.	M/W 8,9	M10/M11	W10/W11	M12/M13	W12/W13	M14/M15	W14/W15	M16-19	M20 u. AK	W16-19	W20 u. AK	
Zeit	U8 (m/w)	U10 (m/w)	U12 (m)	U12 (w)	U14 (m)	U14 (w)	U16 (m)	U16 (w)	U18/U20 (m)		U18/U20 (w)		Zeit
10:00	30m	Medizinball Stoßen											10:00
10:15													10:15
10:30				40m VL									10:30
10:45	Einbein Hüpfen Staffel	Hoch Weit II	40m VL										10:45
11:00													11:00
11:15	Beidarmiges Stoßen	40m											11:15
11:30			40m ZL	40m ZL									11:30
11:45													11:45
12:00	Siegerehrung				40m VL	40m VL							12:00
12:15			40m EL	40m EL	Kugel								12:15
12:30													12:30
12:45			Staffel	Staffel									12:45
13:00					40m ZL	40m ZL		Kugel			Kugel	Kugel	13:00
13:15							40m VL		40m VL	40m VL			13:15
13:30					40m EL	40m EL							13:30
13:45							Kugel						13:45
14:00								40m VL			40m VL	40m VL	14:00
14:15						Kugel	40m ZL/EL						14:15
14:30									40m ZL/EL	40m ZL/EL			14:30
14:45													14:45
15:00								40m ZL/EL	Kugel	Kugel	40m ZL/EL	40m ZL/EL	15:00
15:15	Staffeln für alle ab U12 im Anschluss an die Endläufe der Jugend und Aktiven!												15:15

Zeitplanänderungen, die einer zügigeren Abwicklung dienen, vorbehalten!

J.W. 24.02.16



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- Ziel: Bei unterschiedlichen Bedingungen sollen die Kinder nach einem Kommando schnellstmöglich reagieren, beschleunigen und eine 30-m-Strecke in kürzest möglicher Zeit bewältigen.
- Jedes Teammitglied läuft mehrmals (maximal dreimal).
- Die Bedingungen können wie folgt variieren:
 - verschiedene Bodenverhältnisse: Rasen, Laufbahn usw.

- unterschiedliche Startpositionen: z.B. Hochstart, Kauer- oder Dreipunktstart, Start aus der Bauch- oder Rückenlage, Starts aus verschiedenen Bewegungsaufgaben und Blickrichtungen heraus, z.B. Laufen auf der Stelle, Schrittwechsprünge am Ort usw.
- Alle Starts werden ohne den Einsatz eines Startblocks durchgeführt.
- Nach dem Startkommando „Auf die Plätze!“ stellen sich die Kinder in Warteposition an die Startlinie. Bei „Fertig!“ nehmen die Kinder die geforderte Lage bzw. die dem

Start vorgeschaltete Bewegungsaufgabe auf der Stelle ein. Das Startsignal erfolgt dann mit Hilfe einer Startklappe oder durch einen Pfiff.

- Startet ein Kind voreilig, so wird dies als individueller Fehlstart gewertet. Mit der Startklappe oder durch einen Pfiff wird der Start für alle abgebrochen. Der entsprechende Läufer wird altersgerecht ermahnt, Disqualifikationen sind nicht möglich.

WETTKAMPFHILFER (5/4 BAHNEN)

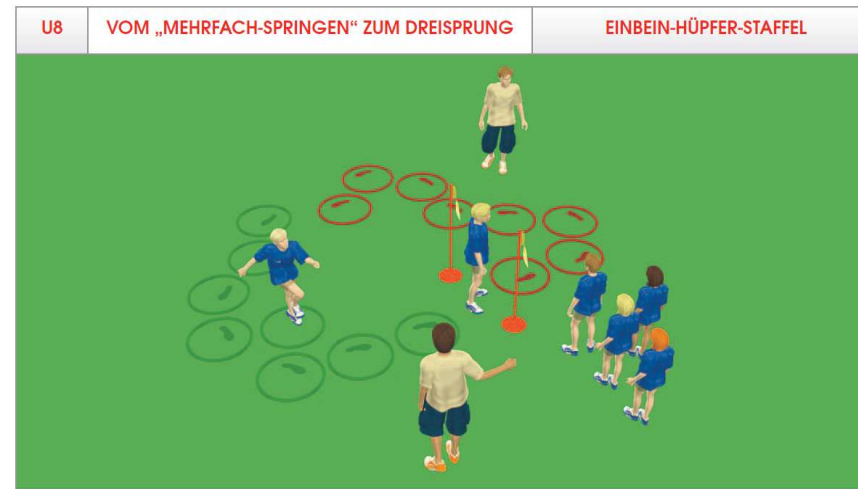
- 1 Helfer: Ordner und Starter
- 4 Helfer: Zeitnahme

WERTUNG

- Welches Team ist am schnellsten und läuft die beste Gesamtlaufzeit? – Die Teamwertung ergibt sich aus der Summe der 6 Schnellsten eines Teams.
- Additionswertung: Es werden die Zeiten aller Läufe jedes Teilnehmers addiert.
- Die Gesamtlaufzeit wird mit der der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL (4 BAHNEN)

- Startlinie
- Ziellinie
- ggf. Bahnmarkierungen (z. B. Hütchen oder Pylonen)
- 1 Startklappe und/oder 1 Pfeife
- 4 Stoppuhren



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- Ziel: Die Kinder sollen unter Zeitdruck einbeinig mit möglichst schnellen Bodenkontakten einen bestimmten Sprungparcours bewältigen.
- Jedes Team hat 2 Staffelvesuche mit je 6 Kindern. Im zweiten Versuch soll die Staffel verändert und sollen Kinder ausgetauscht werden. So wird ermöglicht, dass jedes Kind mindestens an einem der beiden Staffeldurchgänge teilnehmen kann.

- Mit 16 Fahrradreifen o. Ä. wird eine Strecke ausgelegt, die die Kinder auf einem Bein springend bewältigen sollen – Beinwechsel und zugleich Farbwechsel zwischen dem 8. und 9. Reifen.
- Korrekt sind Sprünge innerhalb der Reifen, auch Reifenberührungen mit den Füßen sind erlaubt. Eine Bodenberührung außerhalb des Reifens gilt als Fehler.
- Fehler-Regelung: Misslingt einmal ein korrektes In-den-Reifen-Springen, so muss das Kind zurück zum

vorherigen Reifen und hüpft von dort aus weiter.

- Der Start erfolgt auf das Kommando „Fertig! Los!“
- Zuerst springt jedes Kind mit dem einen Bein, nach dem 8. Reifen mit dem anderen.
- Durch Abschlagen/Körperkontakt wird das jeweils nächste Kind in den Parcours „geschickt“. Jedes Kind ist dabei 2-mal an der Reihe. Sobald das 6. Kind den zweiten Durchgang bewältigt hat, wird die Zeit gestoppt.

WETTKAMPFHILFER (2/PARCOURS)

- 1 Helfer: Zeitnehmer
- 1 Helfer: Organisation der Reifenbahn

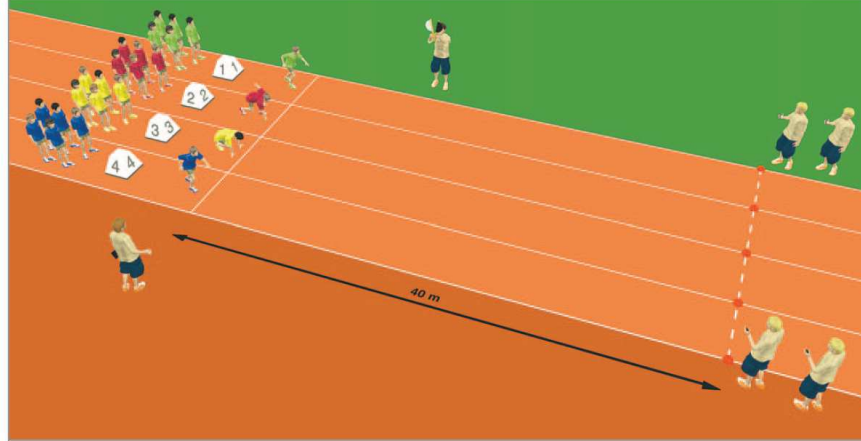
WERTUNG

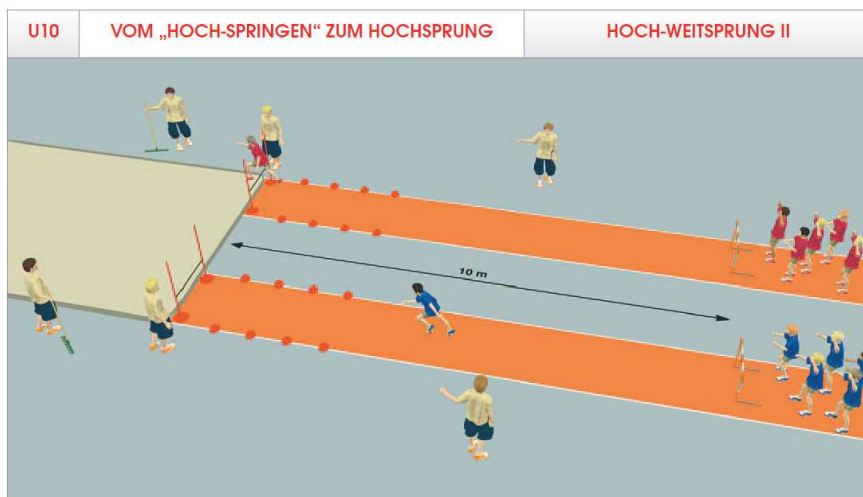
- Welches Team bewältigt am schnellsten den Parcours? – Gewertet wird das bessere Ergebnis der beiden Durchgänge.
- Die Bestzeiten aller Teams werden miteinander verglichen und in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL/PARCOURS

- 16 Fahrradreifen (jeweils 8 Reifen, gestaffelt in unterschiedlicher Farbe)
- 1 Stoppuhr
- Materialien zum Verbinden der Reifen untereinander (z. B. Kordel, Kabelbinder)
- Markierungen für die Anordnung der Reifen
- Kennzeichnung der Start-(Wechsel-)Position

U8	VOM BEIDARMIGEN STOSSEN ZUM KUGELSTOSS	BEIDARMIGES STOSSEN
		
KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION • Ziel: Von der Brust aus beidhändig sollen die Kinder das Wurfgerät möglichst weit stoßen. • Jedes Teammitglied nimmt teil und hat 4 Stöße. • Zum Stoßen wird ein 0,5- bis 1-kg-Ball (Basketball, Medizinball o. Ä.) verwendet. • Jedes Kind stößt frontal mit Blickrichtung Zielfeld. Die Fußzehen zeigen stets nach vorne. Das Kind stößt das Wurfgerät		
von der Brust aus beidhändig und aus der parallelen Fußstellung (wahlweise auch Schrittstellung) in Richtung der markierten Zonen: Die 0,5 m breiten Bereiche, beginnend an der Abwurflinie, sind mit Punkten kenntlich gemacht (Zone 1 = 1 Punkt, Zone 2 = 2 Punkte usw.). • Die Zone, in der das Wurfgerät aufkommt, bestimmt die Anzahl der erreichten Punkte. Dabei zählt der dem Kind nächstliegende Abdruck. • Auch Geräte, die links und rechts des Zielfeldes aufkommen, werden gewertet (Messung in Verlängerung der Zonenlinien). • Das Kind macht unmittelbar nach seinem 1. Wurf auch den 2. Versuch, stellt sich hinten an und macht, sobald es an der Reihe ist, direkt nacheinander Versuch 3 und 4 (Empfehlung). • Der Stoß ist gültig, wenn das Kind die Abwurflinie nicht übertritt, das Zielfeld nicht berührt und es den 1-m-Abwurfbereich nach hinten verlässt.		
WETTAMPFHELPER (3/RIEGE) • 2 Helfer: Ansage der erzielten Zonenpunkte und Zurückbeförderung der Wurfgeräte • 1 Helfer: Aufstellen der Mannschaften und Überwachen der korrekten Durchführung		
WERTUNG • Welches Team sammelt die meisten Punkte? – Ermittelt wird zunächst die individuelle Leistung eines jeden Kindes, indem die 3 besten Versuche addiert werden (ein Streichergebnis). • Die Einzelergebnisse der 6 besten Kinder werden zum Teamergebnis addiert, mit dem der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.		
MATERIAL (ANLAGE) • Linie als Abgrenzung von Abwurfbereich und Zielfeld • 1 Zielfeld (10 m breit/15 m lang) • 1 „Gültig-Linie“, die den 1-m-Abwurfbereich begrenzt • Zonenmarkierungen (z. B. Baustellenband und Heringe) • Punktetafeln (z. B. laminiert) • Basket-, Medizinbälle o. Ä.		

U10	VOM „SCHNELL-LAUFEN“ ZUM SPRINT	40 M
		
KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION • Ziel: Die Kinder sollen nach einem Kommando schnellstmöglich reagieren, beschleunigen und eine 40-m-Strecke in kürzest möglicher Zeit bewältigen. • Jedes Teammitglied nimmt teil und läuft zweimal.		
Der Start erfolgt ohne Startblock. Dabei ist die Startposition jedem Kind freigestellt, z.B. Hochstart, Kauerstart, Dreipunkt-Start und Tiefstart ohne Block. Nach dem Kommando „Auf die Plätze!“ nimmt jedes Kind seine Warteposition ein. Bei „Fertig!“ glied es, eine ruhende Startposition einzunehmen. Unmittelbar danach erfolgt das Startsignal (Startklappe oder Startpistole). Startet ein Kind voreilig, so wird dies als individueller Fehlstart gewertet. Durch einen Rückschuss bzw. Pfiff wird der Start für alle abgebrochen und der entsprechende Läufer wird altersgemäß ermahnt. Disqualifikationen sind nicht möglich.		
WETTAMPFHELPER (5/4 BAHNEN) • 1 Helfer: Ordner und Starter • 4 Helfer: Zeitnahme		
WERTUNG • Welches Team ist am schnellsten und läuft die beste Gesamtlaufzeit? – Die Teamwertung ergibt sich aus der Summe der 6 Schnellsten eines Teams. • Per Ausschreibung entscheidet der Ausrichter zwischen beiden folgenden Möglichkeiten: – Additionswertung (Die Zeiten aus 2 Läufen werden addiert.) oder Bestwertung (Nur das beste Ergebnis wird gewertet.) – Die Gesamtlaufzeit wird mit der der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.		
MATERIAL (4 BAHNEN) • Startlinie • Ziellinie • 1 Startklappe (alternativ: Pistole) und 1 Pfeife • 4 Stoppuhren		

**KURZBESCHREIBUNG/
ORGANISATION**

- Ziel: Aus begrenztem Anlauf sollen die Kinder mit einem Bein abspringen und aus individuell optimaler Entfernung über einen Höhenorientierter springen.
- Jedes Teammitglied nimmt teil.
- Der Hoch-Weitsprung erfolgt aus einem frontalen, geradlinigen und auf 10 m begrenzten Anlauf über ein Hindernis.
- Nach Überquerung der aufgelegten Latte o. Ä. erfolgt die beidbeinige Landung im Sand.

- Zu beachten ist, dass die Querstange nicht fixiert sein darf, damit sie bei einem zu flachen Sprung herunterfallen kann.
- Gemessen wird der Sprung in die Höhe.
- Empfehlung: Die Einstiegshöhe beträgt 60 cm mit einer Steigerung im 10-cm-Abstand, ab 80 cm im 5-cm-Abstand.
- Jedes Kind hat maximal 2 Versuche pro Höhe, das beste Resultat jedes Kindes geht in die Wertung ein.
- Bis zu seinem Ausscheiden muss jedes Kind an allen Durchgängen teilnehmen, dabei wird die einmal festgelegte Reihenfolge eingehalten.
- Der geradlinige Anlauf wird durch einen Anlaufkorridor auf den letzten Metern vorgegeben (Hütchen o. Ä. begrenzen den Korridor).

teilnehmen, dabei wird die einmal festgelegte Reihenfolge eingehalten.

WETTKAMPFHILFER (3/RIEGE)

- 1 Helfer: Organisation
- 2 Helfer: Einebnen der Grube und Auflegen der Latte

WERTUNG

- Welches Team springt am höchsten? – Die 6 besten Einzelergebnisse werden zum Teamergebnis addiert.
- Die Gesamtleistung wird mit der der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL/RIEGE

- 1 Sprunggrube
- 1 Hürde als Anlaufbegrenzung
- 1 Hindernis-Set bestehend aus 2 Maststangen, 2 Clips und 1 Querstange, alternativ: 2 Hochsprungständer und kurze Querlatte
- ca. 8 Hütchen o. Ä.

**KURZBESCHREIBUNG/
ORGANISATION**

- Ziel: Aus der seitlichen Stoßauslage sollen die Kinder das Wurfgerät möglichst weit stoßen.
- Jedes Teammitglied nimmt teil und hat 4 Stöße.
- Zum Stoßen wird ein 1- bis 1,5-kg-Ball (Medizinball o. Ä.) verwendet.
- Jedes Kind stößt den mit beiden Händen gehaltenen Medizinball aus der seitlichen Stoßauslage in Richtung der

- markierten Zonen: Die 0,5 m breiten Bereiche, beginnend an der Abwurflinie, sind mit Punkten kenntlich gemacht (Zone 1 = 1 Punkt, Zone 2 = 2 Punkte usw.).
- Die Zone, in der der Medizinball aufkommt, bestimmt die Anzahl der erreichten Punkte. Dabei zählt der dem Kind nächstliegende Abdruck.
- Auch Geräte, die links und rechts des Zielfeldes aufkommen, werden gewertet (Messung in Verlängerung der Zonenlinien).
- Das Kind macht unmittelbar nach

- seinem 1. Wurf auch den 2. Versuch, stellt sich hinten an und macht, sobald es an der Reihe ist, direkt nacheinander Versuch 3 und 4 (Empfehlung).
- Der Stoß ist gültig, wenn das Kind die Abwurflinie nicht übertritt, das Zielfeld nicht berührt und es den 1-m-Abwurfbereich nach hinten verlässt.

WETTKAMPFHILFER (3/RIEGE)

- 2 Helfer: Ansage der erzielten Zonenpunkte und Zurückbeförderung der Wurfgeräte
- 1 Helfer: Aufstellen der Mannschaften und Überwachen der korrekten Durchführung

WERTUNG

- Welches Team sammelt die meisten Punkte? – Ermittelt wird zunächst die individuelle Leistung eines jeden Kindes, indem die 3 besten Versuche addiert werden (ein Streicherergebnis).
- Die Einzelergebnisse der 6 besten Kinder werden zum Teamergebnis addiert, mit dem der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL (ANLAGE)

- Linie als Abgrenzung von Abwurfbereich und Zielfeld
- 1 Zielfeld (10 m breit/15 m lang)
- 1 „Gültig-Linie“, die den 1-m-Abwurfbereich begrenzt
- Zonenmarkierungen (z. B. Baustellenband und Heringe)
- Punktetafeln (z. B. laminiert)
- Medizinbälle o. Ä.