Beschreibung der Wettbewerbe der Altersklassen U10 (M/W 8/9)

Der **Dreikampf mit Einzelwertung** nach Geschlecht und Jahrgang besteht aus den Disziplinen 40m (aus dem Hochstart), Hochsprung (frontal in die Weitsprunggrube) und Schlagball (80 g). Die Wertung erfolgt nach **Punktetabelle**.

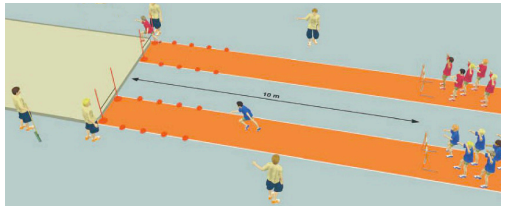
Es erfolgt eine **Mannschaftswertung** für Teilnehmer/innen, die zusätzlich zum Dreikampf bei der **Hindernis-Sprint-Staffel** antreten. An der **Hindernis-Sprint-Staffel** nehmen **alle 4 bis 7 Läufer/innen (**männlich **und** weiblich) der **gemischten** Mannschaften des Doppeljahrganges U10 teil. Gewertet werden die Platzierungen der Addition der 4 besten Einzelleistungen (keine Addition aller Versuche) der Mannschaft bei den drei einzelnen Disziplinen 40m, Hochsprung und Schlagball. Die Addition der Platzierungen der Mannschaft bei den Einzeldisziplinen und der Platzierung bei der Hindernis-Sprint-Staffel werden dann in eine Rangfolge für die Mannschaftswertung gebracht.

40 m (aus dem Hochstart)

Der 40m-Sprint wird **ohne Startblock** gelaufen. Es ist jedem/r Sportler/in freigestellt, ob er/sie aus dem **Hochstart (empfohlen)**, Kauerstart, Dreipunktstart oder Tiefstart ohne Block startet. Gestartet wird mittels Startpistole. Fehlstarts werden altersgemäß ermahnt, führen aber nicht zur Disqualifikation. Es erfolgt **elektronische Zeitnahme**.

Hochsprung (frontal in die Weitsprunggrube) der Altersklasse U10

Der Hochsprung erfolgt aus einem frontalen geradlinigen und auf 10 m begrenzten Anlauf frontal über eine Latte in die Weitsprunggrube. Abgesprungen wird mit einem Bein, gelandet wird mit beiden Beinen auf einem erhöhten gelockerten Sandberg. Jeder hat maximal 2 Versuche pro Höhe. Die Anfangshöhe ist 0,60 m. Gesteigert wird auf 0,70 m, dann weiter im Abstand von 5 cm.



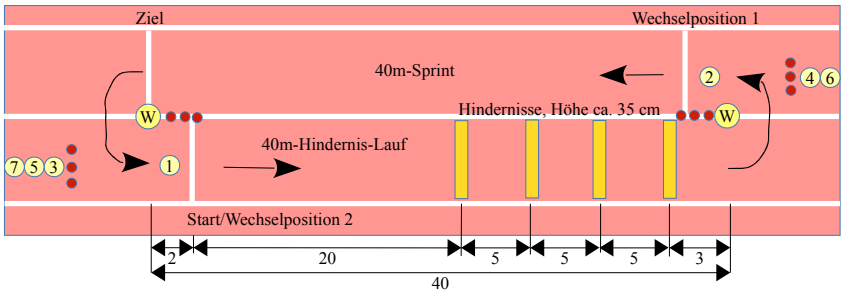
Schlagball (80 g)

Der Schlagball (80 g) wird möglichst aus dem Anlauf im 3-Schritt-Rhythmus geworfen. Jeder hat 3 Versuche beim Dreikampf. Die Weite wird rechtwinklig zum ausliegenden Maßband abgelesen und auf den nächsten halben Meter abgerundet. Das Maßband wird rechtwinklig zur geradlinigen Abwurflinie ausgelegt.

Hindernis-Sprint-Staffel der Altersklasse U10

An der Hindernis-Sprint-Staffel nehmen **4 bis 7 Läufer/innen** in einer **gemischten** Mannschaft teil. Gelaufen wird 7x die Hindernis- und 7x die Sprintstrecke. Der Wechsel erfolgt jeweils nach dem Richtungswechsel mit einem **Staffelstab**. Läufer 1 startet. Danach rückt Läufer 3 auf die Wechselposition 2 vor. Läufer 1 läuft die Hindernisstrecke, dann um die Wendemarke W, wechselt zum Läufer 2 und stellt sich dann hinter Läufer 6 in der Reihe an, Läufer 4 rückt vor auf die Wechselposition 1. Nach der Sprintstrecke von Läufer 2 und Lauf um die Wendemarke wechselt dieser auf Läufer 3 und stellt sich hinter Läufer 7 in der Reihe an. Sollten weniger als 7 Läufer antreten, müssen einige Läufer zusätzliche Teilstrecken bewältigen. Die Reihenfolge der Läufer/innen muss eingehalten werden. Bei ungerader Anzahl von Läufern steht an der Startposition ein Läufer mehr als an der 1. Wechselposition. Die 4 Hindernisse mit einer Höhe von ca. 35 cm haben einen **Abstand von 5 m**, die möglichst im gleichen Rhythmus (3er-/4er-Rhythmus) überlaufen werden sollten. Der Staffelstabwechsel sollte möglichst wie bei der 4x50m-Staffel ohne Sicht erfolgen. Auch bei der Hindernisstrecke ist diese Übergabe in den 20 m bis zum ersten Hindernis möglich.

Gemessen wird die **Zeit in 1/10 Sekunden**. Uhren mit 1/100-sek-Anzeige werden auf die nächste 1/10 sek aufgerundet. Die 4 Hindernisse müssen mit beiden Beinen überlaufen werden, dürfen aber umfallen. Sollte ein Hindernis ausgelassen oder nur mit einem Bein überlaufen werden, wird jeweils **1 sek** zur Gesamtzeit dazu addiert. Sollte ein Läufer den Stab übergeben, bevor er um die Wendemarke gelaufen ist, führt dies jeweils zu einer Zeitaddition von **5 sek**.



DJK Aschaffenburg

3. Kinder- und Jugendsportfest U10 - U20

am Samstag, den 3. Mai 2014

mit KM Lauf/Sprung U16/U18/U20 + M/F/Sen.

des Leichtathletik-Kreises Bayerischer Untermain

im Sportzentrum der DJK Aschaffenburg

63741 Aschaffenburg, Kleine Schönbuschallee 130

Ausschreibung

Die Veranstaltung ist offen für Bayern sowie benachbarte Landesverbände und wird nach den Bestimmungen der IWR und der DLO des DLV unter amtlicher Aufsicht durchgeführt.

Es erfolgt **elektronische Zeitmessung**. Das Stadion ist auf ganzer Fläche mit Kunststoff ausgelegt, es dürfen Dornen mit max. 6 mm Länge benutzt werden (**auch beim Hochsprung keine längeren Dornen**).

Es wird keinerlei Haftung für Schadensfälle übernommen.

Überblick Altersklassen und Disziplinen

M/W 8/9:	**Dreikampf:** 40m (Hochstart), Hoch (frontal in die Weitsprunggrube), Schlagball (80 g)
U10:	**Mannschaftswertung (4..7 m + w Teilnehmer/innen):** Dreikampf + Hindernis-Sprint-Staffel
M/W 10/11:	**Fünfkampf:** 50 m, 50m Hü (5/0,60/11,00/6,50/13,00), Weit (Zone), Schlagball (80 g), 800 m
M/W 12/13:	**Block Lauf:** 75 m, 60m Hü, Weit, Ball (200 g), 800 m / **RW:** Hammer
M/W 14/15:	**KM:** 100 m, 80 m Hü, 300 m (AK14 RW), 800 m, Weit, Hoch, **UM:** Hammer
U18/U20:	**KM:** 100 m, 110/100 m Hü, 400 m, 1500 m, Weit, Hoch, **UM:** Hammer
M/F:	**KM:** 100 m, 110/100 m Hü, 400 m, 1500 m, Weit, Hoch, **UM:** Hammer
Sen:	**KM:** 100 m, 110/100/80 m Hü, 400 m, 1500 m, Weit, Hoch, **RW ab AK50:** Hammer

KM: Kreismeisterschaften, **UM:** Unterfränkische Meisterschaften im Hammerwurf, **RW:** Rahmenwettkämpfe
U12 50m Hürden: 5 Hürden, Höhe 0,60 m, Anlauf / Abstände / Auslauf: 11,00 m / 6,50 m / 13,00 m

Meldungen

Online/Email:	**Online** bis Mittwoch, den 30.04.2014. über **http://ladv.de/ausschreibung/detail/6272/** Die Nutzung des Meldeportals 'ladv.de' ist **kostenlos** für jeden Verein. Oder Meldung per **Email:** la-meldung@djk-ab.de
Post:	in Ausnahmefällen **per Post:** bis Montag, den 28.04.2014: DJK Aschaffenburg, Abteilung Leichtathletik, Kleine Schönbuschallee 130
U10/U12/U14:	Die Meldung der Teilnehmer/innen erfolgt für die Einzelwertungen der Mehrkämpfe. **Bitte bei jeweils bis zu 10 gemeldeten Sportlern einen Helfer per Email melden.** Vielen Dank.
U10:	Bei der U10 erfolgt eine Mannschaftswertung durch Meldung der **Hindernis-Sprint-Staffel** von 4 – 7 m+w Teilnehmer/innen bis **spätestens 10:00 Uhr** im Wettkampfbüro. Mannschaften können aus Sportlern mehrerer Vereine oder Schulen gebildet werden.
Nachmeldung:	Nachmeldungen sind am Wettkampftag vor Ort möglich (zusätzlicher Organisations-beitrag). **U10/U12/U14** bis 8:40 Uhr, **Kreismeisterschaften** U16 – Sen. bis 11:00 Uhr, **Unterfränkische Meisterschaften** im Hammerwurf bis 13:00 Uhr.

Bitte überprüfen Sie bei der Abholung der Startunterlagen diese auf Vollständigkeit, korrekte Schreibweise und die gemeldeten Disziplinen, da an den Wettkampfstätten keine Änderungen oder Ergänzungen möglich sind!

Bemerkungen zu den Wettbewerben U10/U12/U14

Es werden Einzelwertungen der Mehrkämpfe nach Geschlecht und Jahrgang durchgeführt. Die Wertung erfolgt nach Punktetabelle.

In der Altersklasse **U10** erfolgt eine zusätzliche **Mannschaftswertung** für Teilnehmer/innen der **Dreikämpfe und der Hindernis-Sprint-Staffel**. Die Hindernis-Sprint-Staffel wird mit gemischten Mannschaften von **4 bis 7 männlichen und weiblichen Teilnehmer/innen** des Doppeljahrganges gelaufen. Die Wettbewerbe der U10 (M8/M9/W8/W9) werden auf Seite 4 im Detail beschrieben.

Der Fünfkampf der M10/M11/W10/W11 besteht aus den bisherigen Disziplinen 50 m, Weit (Zone), Schlagball und 800 m. Zusätzlich wird ein 50 m Hürdenlauf mit einer Hürdenhöhe von 0,60 m durchgeführt.

Bei den Blockwettkämpfen Lauf der M12/M13/W12/W13 werden ab 2014 800 m gelaufen.

Riegen und Helfer/Riegenführer bei den Mehrkämpfen U10/U12/U14

Die Teilnehmer/innen verbleiben während der Mehrkämpfe in Riegen. Bei jeweils bis zu 10 gemeldeten Sportlern bitten wir die meldenden Vereine einen Helfer bzw. Riegenführer zu stellen. Die Einteilung der Helfer wird bei der Abholung der Startunterlagen mitgeteilt.

Stellplatz

U10: Treffpunkt aller Teilnehmer um **9:20 Uhr** am Aufwärmplatz

U12/U14: Stellplatz aller Teilnehmer **20 min** vor Wettkampfbeginn am Start 60 m bzw. 50 m.

Andere: **Abmeldungen** für Läufe spätestens **45 min vor Start** im Wettkampfbüro.
Stellplatz für die technischen Disziplinen ist **15 min** vor Beginn an der **Wettkampfstätte**.

Zeitplan

Der Rahmenzeitplan der Mehrkämpfe mit **Richtzeiten** dient der Orientierung für die Athleten/innen und Trainer. Die Mehrkampfdisziplinen können auch früher oder später beginnen. Die Teilnehmer verbleiben in den Riegen. Bitte **immer** die Durchsagen des Stadionsprechers beachten.

Organisationsbeitrag

Einzel: ***U14/U16:*** 2,50 €; ***U18/U20:*** 3,00 €; ***M/F/Sen:*** 4,00 €

Mehrkampf ***U10-Dreikampf:*** 4,50 €; ***U12-Fünfkampf, U14-Blockmehrkampf:*** 7,00 €

Staffel/Mannschaft: ***U10-Staffel & Mannschaftswertung:*** 4,00 € / Mannschaft (4..7 m + w Teilnehmer)

Nachmeldungen: zusätzlich 2,50 € pro Teilnehmer

Siegerehrungen

U10/U12/U14: Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde.

Andere Die besten 6 erhalten bei der Siegerehrung eine Urkunde.

Verpflegung

Für Speisen und Getränke wird umfangreich gesorgt.

Anreise

Eine Anreise per PKW ist **nur** über eine Zufahrt vom **Auweg** aus möglich (Abbiegung an Ampel von der **Darmstädter Straße**). Die Kleine Schönbuschallee ist ein **Fußweg**. Eine Wegbeschreibung auch für öffentliche Verkehrsmittel finden Sie unter: http://www.djk-aschaffenburg.de/52-0-Anreise.html .

Nachhaltigkeit

Der Umwelt zuliebe wird bei Rückgabe einer gebrauchsfähigen Startnummer durch den/die Athleten/in am Imbissstand ein Rabatt von 0,50 EUR beim Kauf von Speisen und Getränken gewährt.

Weitere Informationen, Zeitpläne und Ergebnisse

Weitere Informationen finden Sie unter **http://www.djk-aschaffenburg.de/leichtathletik/**

Rahmenzeitplan Mehrkämpfe U10/U12/U14 (Änderungen vorbehalten)

M12/M13 Riege 9/10	**M10/M11** Riege 5/6	**M8/M9** Riege 1/2	**Zeit**	**W8/W9** Riege 3/4	**W10/W11** Riege 7/8	**W12/W13** Riege 11/12
			9:20			
		Gemeinsames Aufwärmen der Teilnehmer U10				
60m Hürden		Hoch (frontal in Grube)	9:40	Schlagball1		60m Hürden
Weit1			9:50		50m Hürden	Ball2 (200g)
	50m Hürden		10:00		Weit (Zone)	
	Schlagball2		10:20	40m (Hochstart)		
		40m (Hochstart)	10:40	Hoch (frontal in Grube)		
		Schlagball1	10:50			75m
75m			11:00			Weit1
	50m		11:10			
Ball2 (200g)	Weit (Zone)		11:20		50m	
			11:30			
			11:40		Schlagball1	
		Hindernis-Sprint-Staffel	12:00	Hindernis-Sprint-Staffel		
		Gemischte Mannschaft U10 (4..7 Teilnehmer m+w)				
800m			12:40			
			12:50			800m
			13:00		800m	
	800m		13:10			

Zeitplan Kreismeisterschaften Lauf/Sprung u. Unterfr. Meisterschaften im Hammerwurf (Änderungen vorbehalten)

M50 u.ä.	**M/M30-M45**	**MJ U18/U20**	**M14/M15**	**Zeit**	**W14/W15**	**WJ U18/U20**	**F/W30-W45**	**W50 u.ä.**
			80m H	12:00	80 m Hü			
80 m Hü			Hoch	12:10	Hoch			80 m Hü
100 m Hü				12:20		100 m Hü	100 m Hü	
	110 m Hü	110 m Hü		12:30		Weit	Weit	
100 m				13:30				100 m
Weit				13:40		100 m	100 m	Weit
	100 m	100 m		13:50				
	Hoch	Hoch	100 m	14:00	**U** Hammer	**U** Hammer	**U** Hammer (F)	**R** Hammer
				14:10	100m			
			Weit	14:30	Weit			
				14:50		400 m	400 m	
400 m				15:00		Hoch	Hoch	400 m
	400 m	400 m		15:10				
R Hammer	**U** Hammer (M)	**U** Hammer	**U** Hammer	15:30				
	Weit	Weit	300m	15:50	300 m			
Hoch			(**R** M14)	16:00	(**R** W14)			Hoch
				16:10		1500 m	1500 m	1500 m
1500 m	1500 m	1500 m		16:20				
			800 m	16:30	800 m			

Hammerwurf: **U Ufr. Meisterschaften**: M/F, U20, U18, AK14/15 **R Rahmenwettkämpfe:** AK 12/13, Senioren ab AK50