



# Ausschreibung

## „Bewegungsspiele“

Nach dem Muster der  
Hannoverschen Kinderliga und der  
Kinderleichtathletik



**Sonntag, 15.03.2015**

Ausrichter	BV Garrel LA
Veranstaltungsort	Turnhalle Garrel, St. Johannes Str., 49681 Garrel
Beginn	10.00 Uhr
Altersklasse	Jahrgang 2006 - 2009 Unterteilung (wenn möglich) 2006/2007 und 2008/2009 Wenn keine Unterteilung möglich, startet die Mannschaft in der Gruppe 2006/2007
Stationen	6 Stationen aus dem Programm der Kinderleichtathletik. Außerdem eine Hindernis-Pendel Staffel, die außerhalb der anderen Stationen gewertet wird und den Abschluss vor der Siegerehrung bildet.
Meldeschluss	13.03.2015 eingehend (per Email)
Wertung	Pro Altersklasse erfolgt eine Mannschaftswertung (keine Einzelwertung); mindestens 6, maximal 8 Kinder bilden eine Mannschaft; Jede Mannschaft muss aus beiden Geschlechtern bestehen Gewertet werden die jeweils 6 besten Ergebnisse der Mannschaft
Meldungen	Name der Mannschaft, Namen der Kinder je Mannschaft mit Geb. Datum 1 x Riegenführer pro Mannschaft Wichtig: Kontakt E-Mail des Ansprechpartners
Startgeld	25,00 € pro Mannschaft
Auszeichnung	Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde, die Plätze 1-3 einen Pokal, alle anderen Plätze erhalten eine Medaille.
Haftung	Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Unfällen, Diebstahl oder sonstigen Schäden.
Hinweis	Bei diesem Wettkampf dürfen keine Spikes benutzt werden. Getränke und Essen dürfen nicht mit in die Halle genommen werden. Die Sporthalle darf nur mit Sportschuhen mit heller Sohle betreten werden. Es wird darauf geachtet, dass die Halle nicht mit Straßenschuhen betreten wird!

Für die Verpflegung sorgen Eltern der LA-Abteilung des BV Garrels (Getränke, Brötchen usw.)

**Meldung an:** Anne Pleiter  
Zu den Auen 32  
49681 Garrel  
Email: garreler@freimarktslauf.de

### 1. Hindernis-Sprint-Pendelstaffel (Bereich Lauf)

- Die Kinder sprinten in Staffelform und in exakt 3 Minuten eine 30m-Hindernisstrecke
- Für jedes richtig überlaufende Hindernis gibt es einen Punkt, bei Fehlern einen Punktabzug
- Wer schafft es in den 3 Minuten die meisten Punkte zu erlangen?
- Staffelübergabe erfolgt von hinten!

### 2. Um die Wette laufen (Bereich Lauf)

- Die Kinder müssen jeweils einmal eine Strecke von 20-30m sprinten
- Die Zeiten der einzelnen Läufe werden gestoppt und addiert, die Summe der 6 schnellsten Zeiten wird gebildet.

### 3. An die Wand (Bereich Wurf)

- Die Wand wird in verschiedene Punktzonen eingeteilt
- Die Kinder stehen mit dem Rücken zum Wurfsektor und schocken einen leichten Medizinball (0,8 -1,0 kg) nach hinten/oben in die unterteilten Zonen
- Jedes Kind hat drei Versuche

### 4. Druckwurf (Bereich Wurf)

- Der Wurfsektor wird in verschiedene Punktzonen unterteilt
- Jedes Kind darf viermal beidarmig mit einer Kugel stoßen, Füße bleiben parallel
- Es wird mit einem min. 0,8 kg bis 1,0 kg schweren Medizinball gestoßen
- Die drei besten Versuche eines Kindes werden addiert, die sechs größten Ergebnisse der Kinder werden zusammengezählt zu einem Teamergebnis

### 5. U8: Zielweitsprung (Bereich Sprung)

- Die Mannschaft sammelt so viele Punkte wie möglich. 1 Punkt für jeden erfolgreichen Versuch (Punkte der 6 besten Kinder werden gezählt)
- Es werden 4 Bahnen mit einer Anlaufmarke markiert und 4 Ringe in einer Grube (mit immer größer werdenden Abständen (ca. 1 – 1,30 – 1,60 – 1,90)) gelegt
- Jedes Kind beginnt in der ersten Bahn und landet nach einem einbeinigen Absprung beidbeinig im Reifen. Gelingt dies, erhält das Kind einen Punkt und kommt weiter zur nächsten Bahn
- Gelingt dies nicht, hat das Kind noch einen zweiten Versuch

### U 10: Weitsprungstaffel (Bereich Sprung)

- Wie viele Punkte sammelt die Mannschaft beim Weitspringen innerhalb von Exakt 3 Minuten?

- Nach einem Kommando läuft der Startläufer eine ca. 10m lange Strecke Richtung Grube, in welche er dann über ein Hindernis einbeinig abspringt und mit beiden Beinen parallel landet.
- Nach der Landung wird bis zum Grubenende weitergelaufen, und danach zurück zu den Teammitgliedern.
- Durch Abklatschen ist das nächste Mitglied dran

#### 6. Hindernisse überspringen (Bereich Sprung) S. 25

- Von einem Sprungbrett aus über ein immer wachsendes Hindernis springen
- Das wachsende Hindernis besteht aus den Schaumstoffteilen der sogenannten „Blockx-Hürden“
- Es wird beidbeinig gelandet!
- Pro übersprungenem Hindernis gibt es einen Punkt
- Kopfsprünge sind verboten!

Zusätzlich: Hindernis-Pendel Staffel (die außerhalb der anderen Stationen gewertet wird)