Einladung zum Ratsburgsportfest am 28. August 2016

Liebe Leichtathletik – Freunde,

auch in diesem Jahr laden wir Sie/ Euch herzlich zum Leichtathletik – Sportfest am Sonntag den 28. August 2016 nach Reyershausen ein. Erstmals findet für die Kinder bis einschl. JG 2005 ein **Kinderleichtathletik** Wettbewerb nach DLO statt. Ab JG 2004 ist es der bereits bekannte **Dreikampf**. Selbstverständlich bekommt jeder Teilnehmer eine Urkunde.

Beginn:	Kinderleichtathletik U8, U10, U12	10:00 Uhr
	JG 2004 und älter	im Anschluss etwa 13:30 Uhr

Wettkampfangebot:
- U8: 30m Sprint, 30m Hindernis Staffel, Einbein – Hüpfer – Staffel, Schlagwurf, Team Biathlon
- U10: 40m Sprint, 40m Hindernis Staffel, Weitsprungstaffel, Schlagwurf, Team Biathlon
- U12: 50m Sprint, 50m Hindernislauf, Weitsprung, Schlagwurf, Team Biathlon
- JG 2004 und älter: Dreikampf Sprint, (Stand-) Weitsprung, Ballwurf oder Kugel, siehe nächste Seite

Wertung:
U8, U10: Teamwertung (Geschlechts gemischte Mannschaften mit 5-7 TN)
Es könne komplette Mannschaften oder auch einzelne Teilnehmer gemeldet werden, die dann in Vereinsübergreifenden Mannschaften zusammengestellt werden.
U12: Einzelwertung
Der Team Biathlon findet in 3 zweier Teams je Mannschaft statt, auch bei U12 und zählt nicht zur Mannschaftswertung
JG 2004 u. ä. Dreikampf nach Punktetabelle je Athlet

Meldungen:
bis Mittwoch 24.08.2016 über: LADV.de
Nina Blumenberg – Roeske
Schulstrasse 33
37120 Bovenden – Reyershausen
e-mail: nina.blumenberg-roeske@t-online.de
Tel.: 05594-80 49 374

Meldegebühr:		
Kinder	Kinderleichtathletik	3,- € je Athlet
Jugend	Dreikampf	3,- € je Athlet
Erwachsen	Dreikampf	4,- € je Athlet
Nachmeldezuschlag:		1,- € je Athlet

Nachmeldungen bei der Kinderleichtathletik max. bis Samstag 27.8., für den Dreikampf bis Sonntag 12:30 Uhr

Siegerehrung: im Anschluss an den Wettbewerb etwa um 13:15 Uhr

Ort: Sportplatz Reyershausen

Veranstalter: Tuspo Jahn Reyershausen e.V.

Veranstaltungsnr.: 6-09-1322-2-07

Die Veranstaltung ist beim NLV gemeldet und wird nach den Regeln der IWR und DLO, mit Ausnahme der Laufstreckenlänge, ausgetragen.

Der Veranstalter schließt die Haftung für Schäden jeglicher Art aus.

Getränke und Essenstand sind vorhanden!

Wir freuen uns auf viele Teilnehmer und verbleiben mit sportlichem Gruß

Uwe Bartram
(Vorsitzender)

Nina Blumenberg – Roeske
(Leichtathletikwartin)

Ratsburgsportfestes am 28.08.2016 in Reyershausen

Kinderleichtathletik

Übungskurzbeschreibung, siehe auch „leichtathletik.de“ „Jugend“ „Kinderleichtathletik“ „Wettkampfsystem Kinderleichtathletik“:

30/40m Hindernis Staffel (U8/U10): Jede Staffel benötigt 2 nebeneinander liegende Bahnen (Hindernis- und Flachstrecke). Auf der Hindernisstrecke stehen 3 Hindernisse (Bananenkästen o. ä.). Die Kinder stellen sich, **wenn möglich** in **gleicher Anzahl** an den **beiden gegenüberliegenden Startlinien** auf. Der erste Läufer auf der Hindernisstrecke ist der Startläufer. Hat ein Läufer nach dem Startkommando die Hindernisse überquert übergibt er den Staffelstab o. ä. und stellt sich hinten wieder an. *Die Übergabe erfolgt von hinten, dazu wird eine Stange umlaufen.* Welches Team schafft in drei Minuten die meisten Bahnen und die größte Teilstrecke.
Einbeinhüpfer-Staffel (U8): Jedes Kind muss einen Parcours mit 12 Reifen einbeinig durchspringen. Zuerst 6 Sprünge mit links dann 6 Sprünge mit rechts (oder anders herum), dann dass nächste Kind abschlagen welches ebenfalls den Parcours absolviert und so fort. Welche Staffel ist am schnellsten (Gesamtzeit)? Zwei Durchgänge, der **schnellere** wird **gewertet.**
Weitsprung-Staffel (U10): Aus 10m Anlauf springen die TN in die Sprunggrube in vorgegebene Zonen (je weiter umso mehr Punkte). Neben der Grube ist ein Reifen, ist dieser erreicht kann das nächste Teammitglied starten. Der TN im Reifen stellt sich wieder an. Welches Team schafft in **drei Minuten** die **meisten Punkte**?
Schlagwurf (alle): Es sind Zonen von 2m Länge markiert. Das Wurfgerät wird über Kopf möglichst weit geworfen, gewertet wird die Zone in der es aufkommt.
Team Biathlon (alle): Eine Mannschaft besteht aus 6 TN. Jeweils 2 Teammitglieder je Mannschaft laufen dabei gleichzeitig eine markierte Runde auf dem Sportplatz. Bei einer aufgebauten Wurfstation müssen mit 6 Würfen (jeder TN 3 Würfe) drei Ziele getroffen werden, für jedes nicht getroffene Ziel müssen beide Teammitglieder eine kleine Strafrunde laufen und anschließend ihre „normal“ Runde zu Ende laufen und die nächsten beiden Teammitglieder ihrer Mannschaft auf die Strecke schicken und so fort.

Leichtathletik – Dreikampf

Weibl. Jugend U 14	03 u. 04	W 12/ 13	75m	Weitsprung	Ball 200g
Weibl. Jugend U 16	01 u. 02	W 14/ 15	75m	Weitsprung	Kugel 3 kg
Weibl. Jugend U 18	99 u. 00	W 16/ 17	75m	Weitsprung	Kugel 3 kg
Weibl. Jugend U 20	97 u. 98	W 18/ 19	75m	Weitsprung	Kugel 4 kg
Männl. Jugend U 14	03 u. 04	M 12/ 13	75m	Weitsprung	Ball 200g
Männl. Jugend U 16	01 u. 02	M 14/ 15	75m	Weitsprung	Kugel 4 kg
Männl. Jugend U 18	99 u. 00	M 16/ 17	75m	Weitsprung	Kugel 5 kg
Männll. Jugend U 20	97 u. 98	M 18/ 19	75m	Weitsprung	Kugel 6 kg
Frauen	96 – 77	Bis W 35	75m	Weitsprung	Kugel 4 kg
Frauen W 40	76 – 72	W 40	50m	Weitsprung	Kugel 4 kg
Frauen W 45	71 – 67	W 45	50m	Stand-/ Weitsprung	Kugel 4 kg
Frauen W 50 u. älter	66 u. älter	W 50 u. älter	50m	Stand-/ Weitsprung	Kugel 3 kg
Männer	96 – 67	Bis M 45	75m	Weitsprung	Kugel 7,26 kg
Männer M 50, M 55	66 – 57	M 50- M 55	50m	Stand-/ Weitsprung	Kugel 6 kg
Männer M 60, M 65	56 – 47	M 60 – M 65	50m	Stand-/ Weitsprung	Kugel 5 kg
Männer M 70, M 75	46 – 37	M 70 – M 75	50m	Stand-/ Weitsprung	Kugel 4 kg
Männer M 80 u. älter	36 u. älter	M 80 und älter	50m	Stand-/ Weitsprung	Kugel 3 kg

Alle Läufe finden auf einer Rasenfläche statt.