

# Ostfriesische Meisterschaften KinderLeichtathletik am 17.05.2025 in Aurich Stand: 14.05.2025

Start	<b>RIEGE 1</b> <b>U12</b> Aurich Hinte 1	<b>RIEGE 2</b> <b>U12</b> Ihlow Hinte 2	<b>RIEGE 3</b> <b>U12</b> Leer W'fehn	<b>RIEGE 4</b> <b>U10</b> Aurich 1 Hinte 1	<b>RIEGE 5</b> <b>U10</b> Aurich 2 Ihlow 1	<b>RIEGE 6</b> <b>U10</b> Ihlow 2 Leer 2	<b>RIEGE 7</b> <b>U10</b> Leer 1 W'fehn 1	<b>RIEGE 8</b> <b>U10/U8</b> Pewsum U10 Ihlow U8	<b>RIEGE 9</b> <b>U8</b> Aurich W'fehn
08:30	HelferInnen-Besprechung beim Sporthaus								
09:00	Riegeneinteilung								
09:15	Sprint U12	Weitsprung	Drehwurf 3	Sprint U10	Weit-Staffel	Drehwurf 1	Drehwurf 2		
09:30								Sprint U10/U8	
09:45	Weitsprung	Drehwurf 3		Weit-Staffel					Sprint U8
10:00			Sprint U12		Sprint U10			Weit-Staffel	
10:15						Sprint U10			
10:30	Drehwurf 3	Sprint U12	Weitsprung	Drehwurf 1	Drehwurf 2		Sprint U10		Weit-Staffel
10:45						Weit-Staffel			
11:00									
11:15	800 Meter						Weit-Staffel	Drehwurf 1	Drehwurf 2
11:25		800 Meter							
11:35			800 Meter						
11:45				Transportlauf	Transportlauf				
12:00						Transportlauf	Transportlauf		
12:15								Transportlauf	Transportlauf
	Siegerehrung – wenn alle fertig sind und so schnell wie möglich								

Auf ggfs. vorzeitigen Wettkampfbeginn ist unbedingt zu achten!

Die Disziplinen-Reihenfolge ist einzuhalten.

Probeversuch/Probelauf: 1 pro SportlerIn – wenn Zeit: maximal 2 pro SportlerIn

<u>Hindernissprint-Staffel U12:</u>	40 Meter, 5 Übungshürden, Hürdenhöhe 40-50 cm – 3 Minuten
<u>Hindernissprint-Staffel U8/U10:</u>	30 Meter, 4 Kunststoff-Mini-Hürden, Hürdenhöhe U10: 30 cm/Hürdenhöhe U8: 23 cm – 3 Minuten
<u>Weitsprung U12:</u>	4 Versuche pro SportlerIn - Zone
<u>Weitsprungstaffel U8/U10:</u>	Höhe Absprungorientierer 15 cm – 2 x 3 Minuten mit Anlaufbahnwechsel
<u>Drehwurf U8/U10/U12:</u>	4 Versuche pro SportlerIn (2x2) – U12 wirft aus dem Diskuswurf-Ring – Wurfgerät: Tennisring
<u>Transportlauf U8&amp;U10:</u>	jeweils 7 Minuten

Weitere Details werden in der HelferInnen-Besprechung um 08:30 Uhr bekanntgegeben.