

Wettkampf Kinderleichtathletik

Erläuterung zu den Wettbewerben

U8 (2017 u. j.)

30m Sprint aus wählbarem Start:

Die Kinder sprinten zweimal die 30-m-Strecke in Einzelbahnen. Der Start erfolgt ohne Startblock. Dabei können die Kinder frei entscheiden, ob sie das Rennen aus dem Hochstart dem Kauerstart oder dem Dreipunkt-Start beginnen möchten.

Die Zeiten aus 2 Läufen werden addiert (Additionswertung). Die Summe der Ergebnisse der 6 besten Teammitglieder ergibt die Gesamtlaufzeit.

Weitsprungstaffel:

Pro Team stehen 3 min zur Verfügung. Der Anlauf beträgt 10m. Vor dem Grubenrand steht ein Bananenkarton, der übersprungen werden muss. In der Grube gibt es Wertungszonen mit 20cm Breite (1 Wertungszone = 1 Punkt usw.)

Nach dem Sprung läuft der Athlet nach hinten aus der Grube, um einen Wendepunkt herum und zurück zum Startpunkt, wo er den nächsten Athleten durch Übergabe eines Gegenstandes losschickt. Innerhalb der 3 min kann so oft wie möglich gesprungen werden, es gibt zwei Durchgänge, der bessere wird gewertet. Die Teamwertung ergibt sich aus der Summe der ersprungenen Punkte.

Drehwurf aus dem Stand:

Aus max. 1/1-Drehung werfen die Kinder in 4 Durchgängen jeweils einen Ring/Reifen in ein Wurffeld, das in 2m breite Zonen eingeteilt ist. Der letzte Abdruck zählt.

Die Punktezahl der besten 3 Würfe wird gewertet. Die Gesamtpunkte der 6 besten Teammitglieder bilden das Wurfergebnis.

Tandem-Biathlonstaffel:

Das Läufer-Tandem läuft 2 Runden (ca. 200-300m) und wirft pro Runde an einer Wurfstation auf 4 Ziele. Jedem Läufer stehen 3 Wurfgeräte zur Verfügung. Für jedes stehen gebliebenes Ziel muss das Team eine Strafrunde von ca. 20-30m laufen. Am Wechsel startet das zweite und dann das dritte Läufer-Tandem des Teams, sobald alle beiden den Wechsel erreicht haben.

Es starten insgesamt 6 Teammitglieder. Die Gesamtlaufzeit ergibt das Teamergebnis.

U10 (2016/2015)

40m Sprint aus wählbarem Start:

Die Kinder sprinten zweimal die 40-m-Strecke in Einzelbahnen. Der Start erfolgt ohne Startblock. Dabei können die Kinder frei entscheiden, ob sie das Rennen aus dem Hochstart dem Kauerstart oder dem Dreipunkt-Start beginnen möchten.

Die Zeiten aus 2 Läufen werden addiert (Additionswertung). Die Summe der Ergebnisse der 6 besten Teammitglieder ergibt die Gesamtlaufzeit.

Weitsprungstaffel:

Pro Team stehen 3 min zur Verfügung. Der Anlauf beträgt 10m. Vor dem Grubenrand steht ein Bananenkarton, der übersprungen werden muss. In der Grube gibt es Wertungszonen mit 20cm Breite (1 Wertungszone = 1 Punkt usw.)

Nach dem Sprung läuft der Athlet nach hinten aus der Grube, um einen Wendepunkt herum und zurück zum Startpunkt, wo er den nächsten Athleten durch Übergabe eines Gegenstandes losschickt. Innerhalb der 3 min kann so oft wie möglich gesprungen werden, es gibt zwei Durchgänge, der bessere wird gewertet. Die Teamwertung ergibt sich aus der Summe der ersprungenen Punkte.

Drehwurf aus dem Stand:

Aus max. 1/1-Drehung werfen die Kinder in 4 Durchgängen jeweils einen Ring/Reifen in ein Wurffeld, das in 2m breite Zonen eingeteilt ist. Der letzte Abdruck zählt.

Die Punktezahl der besten 3 Würfe wird gewertet. Die Gesamtpunkte der 6 besten Teammitglieder bilden das Wurfergebnis.

Tandem-Biathlonstaffel:

Das Läufer-Tandem läuft 2 Runden (ca. 200-300m) und wirft pro Runde an einer Wurfstation auf 4 Ziele. Jedem Läufer stehen 3 Wurfgeräte zur Verfügung. Für jedes stehen gebliebenes Ziel muss das Team eine Strafrunde von ca. 20-30m laufen. Am Wechsel startet das zweite und dann das dritte Läufer-Tandem des Teams, sobald alle beiden den Wechsel erreicht haben.

Es starten insgesamt 6 Teammitglieder. Die Gesamtlaufzeit ergibt das Teamergebnis.

U12 (2013/2014)

50m Sprint aus dem Startblock

Die Athleten sprinten einmal die 50-m-Strecke (Start- und Ziellinie) in Einzelbahnen mit dem Kommando „Auf die Plätze – fertig – Startsignal“. Start erfolgt aus den Startblöcken. Die Summe der Ergebnisse der 6 besten Teammitglieder ergibt die Gesamtlaufzeit.

Additionsweitsprung

Nach einem Anlauf (Länge freigestellt) springt der Athlet einbeinig aus einer Absprungzone (Breite: 80cm) in die Grube. Die Messung der Sprungweite erfolgt klassisch nach den bekannten Wettkampfgeln: Jeder Sprung wird genau gemessen und notiert. Jeder Athlet des Teams hat 4 Versuche, von denen die 3 besten Sprünge zur persönlichen Gesamtsprungweite addiert werden. Die Summe der besten 6 Gesamtsprungweiten ergibt das Teamergebnis.

Stoßdreikampf

Jeder Athlet führt vier Stöße mit einem 1,5kg schweren Medizinball in ein Wurffeld, das in 50cm breite Zonen eingeteilt ist, aus:

Stoßauslage mit rechtem Arm, Stoßauslage linker Arm, zweimal mit 3 Angehschritten und beliebigem Arm.

Die Punktzahl der beiden Standstöße und der bessere der Angehstöße werden gewertet. Die Gesamtpunkte der 6 besten Teammitglieder bilden das Wurfergebnis.

Stadioncross:

Gelaufen wird eine Strecke von ca. 1500m, über das gesamte Gelände mit zusätzlichen einfachen Hindernissen. Die Teamwertung ergibt sich aus den summierten Zeiten der 6 besten Läufer je Team.