

**ALLE WETTBEWERBE WERDEN ALS MEHRKAMPF GEWERTET!**

**RIEGE I: M/W 6 = JAHRGANG 2019**

2x30M SPRINT, LIEGENDER START

1x30M HINDERNISLAUF, HÖHE 25CM, ABSTAND 5M, HOCHSTART

3X WEITSPRUNG, 5M ANLAUF ABSPRUNG EINBEINIG, LANDUNG

BEIDBEINIG AUF EINER MATTE

3X SCHLAGBALLWERFEN OHNE ANLAUF AUS SCHRITTSTELLUNG

3-RUNDENLAUF

**RIEGE II: M/W 7 = JAHRGANG 2018**

2x30M SPRINT, LIEGENDER START

1x30M HINDERNISLAUF, HÖHE 25CM, ABSTAND 5M, HOCHSTART

3X WEITSPRUNG, 5M ANLAUF ABSPRUNG EINBEINIG, LANDUNG

BEIDBEINIG AUF EINER MATTE

3X SCHLAGBALLWERFEN OHNE ANLAUF AUS SCHRITTSTELLUNG

3-RUNDENLAUF

**RIEGE III: M/W 8 = JAHRGANG 2017**

2x30M SPRINT, HOCHSTART

1x30M HINDERNISLAUF, HOCHSTART, HÖHE 30CM, ABSTAND 6M

3X WEITSPRUNG, 5M ANLAUF ABSPRUNG EINBEINIG, LANDUNG

BEIDBEINIG

MEDIZINBALLSTOßEN 1 KG, SEITLICHE STOßAUSLAGE

4-RUNDENLAUF

**1 RIEGE IV: M/W 9 = JAHRGANG 2016**

2x30M SPRINT, HOCHSTART

1x30M HINDERNISLAUF, HOCHSTART, HÖHE 30CM, ABSTAND 6M

3X WEITSPRUNG, 5M ANLAUF ABSPRUNG EINBEINIG, LANDUNG

BEIDBEINIG

MEDIZINBALLSTOßEN 1 KG, SEITLICHE STOßAUSLAGE

4-RUNDENLAUF

**RIEGE V: M/W 10 = JAHRGANG 2015**

2x30M SPRINT, AUS HOCHSTART

1x30M HINDERNISLAUF, HÖHE 35CM, ABSTAND 7M, HOCHSTART

MEDIZINBALLSTOßEN 2 KG, SEITLICHE STOßAUSLAGE

MEHRFACHSPRÜNGE RR LL R LANDUNG ODER LL RR L LANDUNG

5 RUNDENLAUF

**RIEGE VI: M/W 11 = JAHRGANG 2014**

2x30M SPRINT, AUS HOCHSTART

1x30M HINDERNISLAUF, HÖHE 35CM, ABSTAND 7M, HOCHSTART

MEDIZINBALLSTOßEN 2 KG, SEITLICHE STOßAUSLAGE

MEHRFACHSPRÜNGE RR LL R LANDUNG ODER LL RR L LANDUNG

5RUNDENLAUF

**RIEGE VII: M/W 12 = JAHRGANG 2013**

30M VOR- UND ENDLAUF START MIT STARTBLOCK

30M HINDERNISLAUF HÖHE 35CM, ABSTAND 7M, ZEITLÄUFE

3X MEDIZINBALLSTOßEN 3 KG, SEITLICHE STOßAUSLAGE

STANDWEITSPRUNG VOM REUTERBRETT

6 RUNDENLAUF

**RIEGE VIII: M/W 13 = JAHRGANG 2012**

30M VOR- UND ENDLAUF START MIT STARTBLOCK

30M HINDERNISLAUF HÖHE 35CM, ABSTAND 7M, ZEITLÄUFE

3X MEDIZINBALLSTOßEN 3 KG, SEITLICHE STOßAUSLAGE

STANDWEITSPRUNG VOM REUTERBRETT

6 RUNDENLAUF

MEHRKAMPFWERTUNG FÜR DIESE VERANSTALTUNG:

GEWERTET UND ADDIERT WERDEN DIE PLATZIERUNGEN.

PLATZ 1 = 1 PUNKT, PLATZ 2 = 2 PUNKTE USW.

SIEGER/IN IST DER/DIEJENIGE MIT DEN WENIGSTENS PUNKTEN.



## AUSSCHREIBUNG

**HALLENBESTENKÄMPFE 2025**

**KINDERLEICHTATHLETIK**

**FÜR SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER**

**DER AK JU 14 BIS KU 8**

**SONNTAG, 23.03.2025**

**13.30 UHR**

**DIETER-PRITZSCHE-SPORTHALLE**

**BLAYER STR., ZÜLPICH**

### Meldungen:

unter Angabe von Name, Vorname, Geschlecht, Jahrgang und Verein bis 16.03.25 an:

Markus Mollek, Im Haag, 53909 Zülpich

Mail: markus.mollek@gmx.de

### Teilnahmebeschränkung:

Jeder ist nur in seinem Jahrgang startberechtigt.

### Auszeichnungen:

Urkunden für alle Teilnehmer

### Haftung:

Für Schäden irgendwelcher Art (Unfall, Diebstahl, etc.) übernimmt der Veranstalter keinerlei Haftung.

### Genehmigung:

Die Veranstaltung ist bei der Region Süd-West im LVN angemeldet.

### Startgeld:

Pro Mehrkampf 5,00 €. Bei Nachmeldungen 2 € zusätzlich als Nachmeldegebühr.

### Datenschutz nach DSGVO:

Mit der Anmeldung zu dieser Veranstaltung erteilt jeder Teilnehmer die Genehmigung, dass Ergebnisse, Bilder und Videos von ihm in den gängigen Medien (auch im Internet) veröffentlicht werden dürfen.

### Cafeteria:

Der Veranstalter wird im Schulungsraum der Sporthalle eine Cafeteria aufbauen und lädt zum Verzehr von Speisen und Getränken ein.

## Rahmenzeitplan

Uhrzeit	M/W 2019	M/W 2018	M/W2017	M/W 2016	M/W 2015	M/W 2014	M/W 2013	M/W 2012
13.30	gemeinsames Aufwärmen							
13.50	Riegeneinteilung							
14.00	1. Lauf 30 m				Mehrfachspr		Medizinball	
14.05		1. Lauf 30m						
14.10	2. Lauf 30 m							
14.15		2. Lauf 30m						Medizinball
14.20			1. Lauf 30m			Mehrfachspr		
14.25				1. Lauf 30m				
14.30	Weit I	Weit II	2. Lauf 30m					
14.35				2. Lauf 30m			Standweit I	Standweit II
14.40					1. Lauf 30m			
14.45						1. Lauf 30m		
14.50					2. Lauf 30m			
14.55						2. lauf 30m		
15.00			Weit I	Weit II	Medizinball		30 m VL	
15.05								30 m VL
15.10							30 m EL	
15.15						Medizinball		30 m EL
15.30	30 m Hin							
15.40		30 m Hin						
15.50			30 m Hin					
16.00	Schlagball			30 m Hin				
16.10					30 m Hin			
16.20		Schlagball	Medizinball			30 m Hin		
16.30							30 m Hin	
16.40				Medizinball				30 m Hin
16.50	3 Runden	3 Runden						
17.00			4 Runden	4 Runden				
17.10					5 Runden	5 Runden		
17.20							6 Runden	6 Runden

Je nach Teilnehmerzahl behalten wir uns Zeitplanänderungen vor.  
Da es sich um eine Hallenveranstaltung handelt, ist die Teilnehmerzahl begrenzt.  
Berücksichtigt werden die Meldungen in der Reihenfolge der Anmeldungen.