

Samstag, 04. Februar 2012
Sporthalle Universität Mainz
Kindersportfest U 10 und U 12

Wir übernehmen Disziplinen und Regeln in Anlehnung an das neue Kinderleichtathletik-Programm des DLV, behalten aber unsere gewohnte Grundorganisation bei, d.h.

- keine Teamwertung
- Die Trainer erhalten für ihre Athleten Wettkampfkarten und gehen mit ihrer (altersgemischten) Gruppe von Station zu Station
- Wettkampfkarte = Urkunde

14.00 – 15.30 Uhr Dreikampf aus den folgenden Disziplinen:

Bananenkistensprint: Sprint über 50 Meter. Start als Rolle vorwärts.

Bananenkisten stehen an den Hürdenmarkierungen für B-Schüler.

Speer-Raketen-Wurf: Mit dem Softspeer wird aus einem Drei-Schritt-Rhythmus geworfen, 3 Versuche pro Kind, der beste Versuch zählt. Zonenmarkierung,

Additions-Weitsprung: 3 Versuche pro Kind, Absprung aus der Zone, alle drei Versuche werden addiert. In der Absprunzone steht ein ca. 30-40cm hohes Hindernis zum Überspringen.

Die Sprintzeiten werden in Punkte umgerechnet. Für das Speerwerfen gibt es Zonenpunkte. Beim Weitsprung ist das Endergebnis = Punktzahl (Beispiel: 3,50 + 3,20 + 3,00m = 9,70m = 10 Punkte)

ab 15.45 Uhr

Weitsprung-Staffel U 10 (sechs Jungen oder Mädchen, 3 Minuten Dauer)

Weitsprung-Staffel U12 (sechs Jungen oder Mädchen, 3 Minuten Dauer)

Bitte auf der Meldung vermerken, ob ihr teilnehmt oder nicht.

16.15 Uhr Gummibärchenlauf

Gelaufen wird auf einem Rundkurs. Für jede Runde erhält der Läufer an einer bestimmten Stelle eine Wäscheklammer, die er am T-Shirt befestigt. So werden die Runden gezählt. Am Ende werden die Wäscheklammern im Verhältnis 1:1 gegen Gummibärchen eingetauscht. Laufzeit 6 Minuten für die U10, 8 Minuten für die U12

Meldungen an: info@usc-mainz.de oder per Fax an 06131 / 3926219

Meldeschluss: Dienstag, 31. Januar 2012

Meldegebühr: 3€ pro teilnehmendes Kind

Wir nehmen keine Nachmeldungen am Wettkampftag an.

Meldegeld zahlt nur, wer auch antritt.