

Einladung zum alternativen Hallensportfest 2016

Die Leichtathletiksparte des Ahrensburger TSV veranstaltet ein Sportfest für Schüler am

Samstag, den 19. März 2016
Sporthalle des Schulzentrums am Heimgarten
Reesenbüttler Redder 4-10
22926 Ahrensburg
Einlass: 14:30
Riegeneinteilung: 15:00
Beginn: 15:30

Folgende Altersklassen und Disziplinen stehen auf dem Programm:

U12 – Jahrgänge 05/06: Pendelstaffel Slalom, Zielballwurf, Medizinballstoßen, Pendelstaffel Hindernis

U10 – Jahrgänge 07/08: Pendelstaffel Slalom, Zielballwurf, Medizinballstoßen, Pendelstaffel Hindernis

U08 – Jahrgänge 09/10: Pendelstaffel Slalom, Zielballwurf, Medizinballstoßen, Pendelstaffel Hindernis

Mannschafts-Meldungen bitte per Email an Michael Brackenwagen (brackenwagen@aol.com)

Meldeschluss: Mittwoch, der 16.03.2016 bitte über die Vereine melden

Eine Mannschaft besteht aus jeweils 4 Teilnehmern/ Teilnehmerinnen. Sie kann auch als gemischtes Mixed-Team starten. Die Mannschaftswertung erfolgt pro Altersklasse (keine Einzelwertung). Es werden in jeder Disziplin Punkte für die eigene Mannschaft gesammelt.

Falls einzelne Mädchen oder Jungen kein komplettes Team bilden können, trotzdem unbedingt melden, wir organisieren vor Ort Mannschaften vereinsübergreifend. Alle sollen mitmachen!

Meldegebühr: 3,00 € je Teilnehmer, Nachmeldungen zusätzlich: 1,00 €

Urkunden werden direkt nach den Wettbewerben in der Siegerehrung ausgegeben.

Zeit	U08 (JG. 09/10)	U10 (JG. 07/08)	U12 (JG 05/06)
	Riege 1	Riege 2	Riege 3
15:30	Zielballwurf	Medizinballstoßen	Pendelstaffel Slalom
15:45	Pendelstaffel Slalom		
16:00		Pendelstaffel Slalom	Zielballwurf
16:15	Medizinballstoßen		
16:30		Zielballwurf	Pendelstaffel Hindernis
16:45	Pendelstaffel Hindernis		
17:00		Pendelstaffel Hindernis	Medizinballstoßen
17:30	Gemeinsame Rundenstaffel (außer Wertung)		
18:00	Siegerehrung		

* Der Zeitplan wird entsprechend der Teilnehmerzahl und dem Verlauf der Veranstaltung angepasst.
Hinweise:

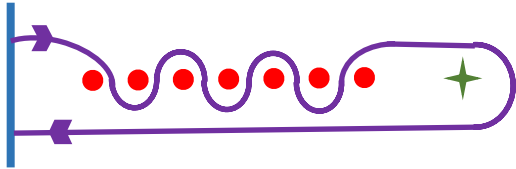
- In der Sporthalle dürfen keine Spikes benutzt werden, nur saubere, abriebfeste Hallenschuhe.
- Die Halle ist frei für Teilnehmer, Betreuer und Kampfrichter.
- Die Eltern und Zuschauer finden Platz auf der Tribüne.
- Die Stadt Ahrensburg und der Veranstalter übernehmen keine Haftung im Schadensfall.

Mit sportlichem Gruß
Leichtathletikabteilung Ahrensburger TSV
i. A. Michael Brackenwagen & Hanna Schmiedel

Kurzbeschreibung Disziplinen

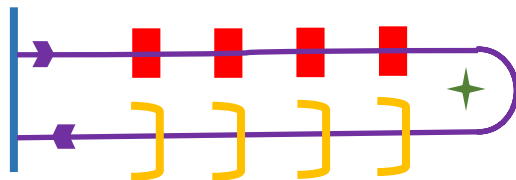
Pendelstaffel Slalom:

Auf einer 30m langen Strecke stehen Hütchen, die im Slalom umlaufen werden müssen. Nach der Wendemarke soll auf geradem Weg zu der Mannschaft gesprintet und das Staffelholz übergeben werden. Der/ Die nächsten Läufer/innen warten direkt hinter der Start/Ziellinie.



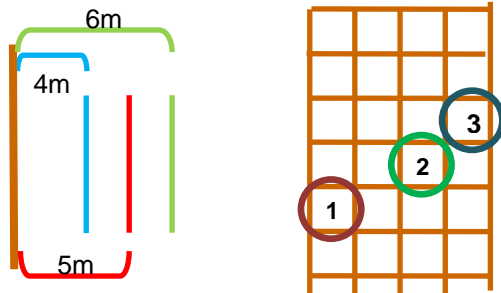
Pendelstaffel Hindernis:

Auf einer 30m langen Strecke stehen für den Hinweg Bananenkisten, die überlaufen werden müssen. Nach dem Umlaufen einer Wendemarke muss auf dem Rückweg unter Stangen durchgelaufen werden. Der/ Die nächsten Läufer/innen warten direkt hinter der Start/Ziellinie und dürfen nach dem Übergeben des Staffelholzes starten.



Zielballwurf:

In einer Sprossenwand sind drei Ringe auf unterschiedlichen Höhen befestigt. Die Kinder stehen hinter einer Linie (Abstand: U8 4m; U10 5m; U12 6m) und müssen mit Schlagbällen durch die Ringe werfen, um Punkte zu sammeln (Oberster Ring 3P, mittlerer 2P, unterer 1P). Es gibt zwei Durchgänge mit je 3 Würfeln.



Medizinballstoßen:

Ein Medizinball (U8 800g; U10 1kg; U12 1,5kg) muss mit einer Hand nach vorne gestoßen werden (Grundbewegung Kugelstoßen). Als Abwurfmarkierung dient eine umgekippte Bank. Hinter der Bank liegen Turnmatten quer hintereinander. Beim Erreichen der ersten Matte gibt es einen Punkt, für die zweite Matte 2, usw. Jede/r hat drei Versuche, die alle zu der Mannschaftspunktzahl addiert werden.

