

Kreis-Hallen-Team-Cup 2020
U12 / U 10 / U 8 Kinderleichtathletik
Sonntag, 08.03.2020 Beginn 10.00 Uhr
Burghalle Mayen, Einsteinstraße 3 - 5

Veranstalter LVR Kreis Mayen-Koblenz
 Ausrichter Leichtathletik e.V. im TuS Mayen 1886/1914 e.V.
 Meldungen an: info@latus-mayen.de
 Meldeschluss: Montag, 02.03.2020



Wettkampfprogramm

U 12 Jahrgang 2009 / 2010	Hinweise zur Durchführung:
30 m Hindernis-Sprint-Staffel	Höhe 50cm, Anlauf 9m, Abstand 6m, Dauer: drei Minuten
Additions-Weitsprung	in 20cm-Zonen (jeder hat 4 Versuche, die besten drei Versuche jedes Springers werden addiert)
Medizinball-Stoßen (1,5 kg)	freie Ausführung aus der Stoßauslage, 4 Stöße in Zonen (1m)
Hallen-Cross (siehe Anlage)	8 Runden (1 Runde = ca. 100m)
U 10 Jahrgang 2011 / 2012	
30 m Hindernis-Sprint-Staffel	Höhe 40cm, Anlauf 8m, Abstand 5,50m, Dauer: drei Minuten
Weitsprungstaffel	(3 Minuten; 2 Durchgänge)
Medizinball-Stoßen 1 Kg	Stoßen aus der seitlichen Auslage ohne Anlauf, 4 Stöße in Zonen (1m)
Hallen-Cross (siehe Anlage)	6 Runden (1 Runde = ca. 100m)
U 8 Jahrgang 2013 / 2014	
2 x 20m Sprint	1. Lauf: Start aus Bauchlage, Nase auf Startlinie 2. Lauf: Start aus Schneidersitz, Arme im Nacken verschränkt
Einbein-Hüpfstaffel	2 Durchgänge á 3 Minuten. 5 Hüpf mit re. Bein, beidbeinige Wende, 5 Hüpf mit li. Bein
Beidarmiges-Stoßen	4 Stöße in Zonen (1m) mit dem Basketball, frontal aus der Schrittstellung

Ein Team besteht aus mindestens 5 Teilnehmern, Teamwertung 5 Kinder gemischt.
Vereine mit weniger als 5 Teilnehmern werden in Startgemeinschaften zusammengefasst.

Startgeld: Team Kinderleichtathletik	30,00 €
Team Kinderleichtathletik + Teambetreuer	25,00 €
Einzelteilnehmer	5,00 €