

Kinderleichtathletik

U8 / U10 / U12

Alter	Thema
U8	Disziplinen: (Änderungen zu 2012) <ul style="list-style-type: none">• 30m aus verschiedenen Lagen: normale Pendelstaffel mit Übergabe von einem Tennisring (denn Kampfrichter starten die Kinder unterschiedlich schnell)
U10	Disziplinen: (Änderungen zu 2012) <ul style="list-style-type: none">• 40m aus verschiedenen Lagen: normale Pendelstaffel mit Übergabe von einem Tennisring (denn Kampfrichter starten die Kinder unterschiedlich schnell)
U12	Ablauf: <ul style="list-style-type: none">• Disziplinen sind angelehnt an den Katalog des DLV• alle Disziplinen werden mindestens einmal im Jahr abgefragt• Ein Wettkampf besteht aus 4 Einzeldisziplinen und einer Staffel, Grand Prix oder Stadioncross (auch Einzelwertung)• jedes Team Mitglied nimmt grundsätzlich an allen Disziplinen teil (außer 6x50m Staffel, hier starten nur 6 Teammitglieder)• Es gibt 3 Wettkämpfe im Jahr die zu einem Cup gehören
	Organisation: <ul style="list-style-type: none">• jedes Team hat seine eigene Wettkampfkarte (Laufzettel) und wandert gemeinsam von Station zu Station (wie bei U8 und U10)• die Leistungen werden gemessen (keine Zonenwertung)• Einzelstarter haben ihren eigenen Laufzettel und laufen bei kleineren Teams mit, oder bilden eine eigenes Team, das aber nicht in die Mannschaftswertung mit eingeht• Elektronische Zeitnahme erforderlich
	Wertung: <ul style="list-style-type: none">• Einzel – Mehrkampfwertung• Mannschaftswertung von 6-11 Kindern• keine Disziplinenwertung sonst dauert die Ehrung viel zu lange• Es werden die Plätze 1-3 in der Einzel- Mehrkampfwertung geehrt (Oder 1-6)• evtl. ist es möglich weitere Urkunden aus dem Internet auszudrucken (falls das jemand einrichten kann)
	ALLGEMEINES:
	<ul style="list-style-type: none">• Es ist nicht erlaubt eigene Wettkampfgeräte mit zu bringen (Medizinbälle, Stäbe, etc.)• Spikes sind ab U12 erlaubt• alle Wettkampfkarten sind auf der LASOB Seite hinterlegt, ebenso die Laufzettel und die Disziplinen pro CupWettkampf.

Wettkämpfe

- Halle: U8 / U10 gemeinsam, U12 extra
- Freiluftwettkämpfe: alle Altersklassen gemeinsam , Reihenfolge im Zeitplan: U8, U10, U12

U8	U10	U12
1. Cupwettkampf: Halle: (möglichst Februar)		1. Cupwettkampf: Halle: (möglichst Februar)
Hindernis-Sprint-Pendelstaffel (Hürden)	Hindernis-Sprint-Pendelstaffel (Hürden)	Hindernissprint (Hürdenlauf)
Zielweitsprung (Weitsprung)	Weitsprungstaffel (Weitsprung)	Weitsprung (Weitsprung)
Mehrfachsprünge (Dreisprung)	Wechselsprünge (Dreisprung)	Fünfsprung (Dreisprung)
Druckwurf (Kugelstoßen)	Medizinballstoßen (Kugelstoßen)	Stossdreikampf (Kugelstoßen)
GRAND PRIX	Speed Bounce	GRAND PRIX
	Stabhockeystaffel	
	GRAND PRIX	Extra ausgerichteter Wettkampf
<i>Dreifachhalle mit Tribüne erforderlich</i>		<i>Dreifachhalle mit Tribüne, Zeitnahme erforderlich</i>

2. Cupwettkampf: Freiluft (möglichst Mai, Juni)		
30m Pendelstaffel (Sprint)	40m Pendelstaffel, von hinten Übergeben (Sprint)	Sprint (Sprint)
Hindernis-Sprint-Pendelstaffel (Hürden)	Hindernis-Sprint-Pendelstaffel (Hürden)	50m Hindernissprint
Hochweitsprung I (Hochsprung)	Hochweitsprung II (Hochsprung)	Stabweitsprung (Stabhochsprung)
Drehwurf (Diskus)	Stabweitsprung (Stabhochsprung)	Drehwurf (Diskuswurf)
GRAND PRIX	Schlagwurf (Speerwurf)	STADIONCROSS
	Drehwurf (Diskuswurf)	
	GRAND PRIX	
<i>Mindestens 2 besser 3 Sprunggruben, Zeitnahme für U12 erforderlich</i>		

3. Cupwettkampf: Freiluft (letztes Septemberwochenende)		
30m Pendelstaffel (Sprint)	40m Pendelstaffel, von hinten übergeben (Sprint)	50m Sprint (Sprint)
Schlagwurf (Speerwurf)	Hindernis-Sprint-Pendelstaffel (Hürden)	Weitsprung (Weitsprung)
Zielweitsprung (Weitsprung)	Additionsweitsprung (Weitsprung), wie U12	Scherhochsprung (Hochsprung)
Hochweitsprung I (Hochsprung)	Hochweitsprung II (Hochsprung)	Schlagwurf (Speerwurf)
GRAND PRIX	Schlagwurf (Speerwurf)	6x50m STAFFEL
	Medizinballstoßen (Kugelstoßen)	
	GRAND PRIX	
<i>Mindestens 2 besser 3 Sprunggruben, Zeitnahme für U12 erforderlich</i>		

