

Ausschreibung

Kreis-Hallenpokal für Schülerinnen und Schüler A + B

Veranstalter: Leichtathletik-Kreis Rems-Murr

Termin/Ausrichter: 23. Januar 2010 – TSV Schmiden Abt. Leichtathletik

Beginn: 13.30 Uhr

Ort: Fellbach-Schmiden Sporthalle 1 (im Schulzentrum)

Wettbewerbe: Schüler B (M12/M13)
30 m, 33 m Hürden, 1000 m, Weit, Hoch, Kugel (3 kg), 4x1 Runde

Schülerinnen B (W12/W13)
30 m, 33 m Hürden, 800 m, Weit, Hoch, Kugel (3 kg), 4x1 Runde

Schüler A (M14/M15)
30 m, 33 m Hürden, 1000 m, 5-Sprung, Hoch, Kugel (4 kg), 4x1
Runde

Schülerinnen A (W14/W15)
30 m, 33 m Hürden, 800 m, 5-Sprung, Hoch, Kugel (3 kg), 4x1
Runde

**Bitte beachten: im 5-Sprung ist die beidbeinige Landung
nicht zulässig !!!**

Meldungen: an Thomas Nuss, Mozartstraße 51, 71394 Kernen
e-mail: meldung@team-thomas.org

**Bitte ALLE in Betracht kommenden Athletinnen und Athleten
der Mannschaften melden (ohne Angabe der Disziplinen) !!**

Meldeschluss: bis spätestens Mittwoch, 20. Januar 2010 (Posteingang)

**Meldungen am
Wettkampftag:** **Abgabe der Startkarten – ausgefüllt mit der Disziplin der
Teilnehmer bis spätestens 12:45 Uhr !!**

(v gedruckte Startkarten dürfen namentlich nicht verändert werden)

Meldegebühr: € 15 pro Mannschaft

Ergebnisse: www.team-thomas.org

Haftung: der Ausrichter übernimmt keine Haftung für Unfall, Diebstahl etc.

Hinweise: 1. es gelten die Richtlinien des Hallenpokals
2. die Veranstaltung ist bewirtschaftet

Hallenpokal für Schülerinnen und Schüler A und B

am 23. Januar 2010 in Schmiden

Z E I T P L A N

	Schülerinnen B	Schüler B	Schülerinnen A	Schüler A
13:30	Weit	Hoch	Kugel	33 m Hü, Hoch
13:45			33 m Hü	
14:00		33 m Hü		
14:15	33 m Hü,Kugel	Weit		30 m
14:30			30 m	
14:45	30 m			
15:00		30 m,Kugel		5-Sprung
15:15	Hoch		Hoch	
15:30				
15:45			5-Sprung	Kugel
16:00				
16:15				
16:30		4x1 Runde		
16:40				4x1 Runde
16:50	4x1 Runde			
17:05			4x1 Runde	
17:20		1000 m		
17:35				1000 m
17:45	800 m			
18:00			800 m	
18.15	Siegerehrung			

Änderungen vorbehalten !

Empfohlene Anfangshöhen: Schülerinnen B 1,12 m
 Schülerinnen A 1,20 m
 Schüler B 1,20 m
 Schüler A 1,28 m

Steigerung 4 cm

Hallenpokal Wettkampf – Richtlinien

(Stand März 2008)

Allgemein

1. Nominierung :

- a) Startberechtigt sind nur Athleten die den Altersgruppen der Schüler/innen B bzw. A zuzuordnen sind. Ein Aufrücken in die nächsthöhere Altersklasse ist **nicht** zulässig.
- b) Pro Disziplin sind 2 Athleten/innen je Mannschaft startberechtigt.
Jeder Athlet/in kann in maximal 3 Disziplinen eingesetzt werden (inklusive Staffel).
Der Start eines Athlet/in außer Konkurrenz ist nur im Bereich der Mannschaft möglich. Kein Start a. K. bei Hochsprung und 800/1000 m Lauf.
(d.h.: jeder der a.K. startet, muss mindestens in einer Disziplin regulär am Start sein)
Der Ausrichter kann Ausnahmen beim Start a. K. zulassen.
- c) **Die Mannschaften sind bis Mittwoch vor Veranstaltungsbeginn mit allen Teilnehmern (ohne Angabe der Disziplinen) zu melden.**
Am Veranstaltungstag erhält jeder Mannschaftsbetreuer eine Staffelfkarte und für jeden gemeldeten Teilnehmer 3 Startkarten. Bis 45 min vor Veranstaltungsbeginn Staffelfkarte (mit Reihenfolge der Läufer) und die Startkarten am Stellplatz abzugeben.
Der Ausrichter kann die Mannschaftsaufstellung auch auf andere Weise entgegen nehmen.
- d) Grundsätzlich gilt: Nach Veranstaltungsbeginn sind Mannschaftsänderungen nicht mehr möglich.
Ausnahme: wenn sich ein Athlet / in erkennbar verletzt, jedoch nicht im laufenden Wettbewerb.

2. Siegerehrung :

Die Siegerehrung findet unmittelbar nach Wettkampfe statt.
Die Siegermannschaften erhalten T-Shirts mit Aufdruck
„**Sieger Kreishallenpokal , Jahr)**“, o.ä..
Die Teilnehmer aller Mannschaften erhalten Platzierungsurkunden.
Die T-Shirts werden durch den LA-Kreis bestellt und bezahlt.

Disziplinen

1. Lauf

- a) Sprint : 30 m
- b) Hürden : 33 m (wegen Abstand zum Ziel)
Hinweis: Sprintbahnen gegen Querverkehr unbedingt abschränken!!!
- c) Staffel 4 x 1 Runde :
Laufeinteilung : Die nach aktuellem Stand punktbesten Mannschaften werden der Reihe nach einander zugeordnet.
- d) 800m (weiblich) / 1000m (männlich) :
Laufeinteilung : Die Läufer/innen werden mannschaftsmäßig wie bei den Staffeln einander zugeordnet.
Hinweis : Die Runde darf nur mit Leitkegeln und Klebeband markiert werden.

2. Sprung :

- a) Weitsprung für Schüler/innen B :
Jede/r Athlet/in hat 3 Versuche. Der Absprung erfolgt vom Kastenoberteil, welches als Absprungzone gültig ist, auf Weichbodenmatten. Absprung und Landung sind sofort (z. B. mit einem Stab) zu markieren.
- b) 5-Schrittsprung für Schüler/innen A :
Jede/r Athlet/in hat 3 Versuche. Beginn von der Ablaufmarkierung aus der Schrittstellung (Bewegung erlaubt). 5 Schrittsprünge auf einer Bahn aus Bodenturnmatten. Gemessen wird die kürzeste Gesamtlänge nach erfolgter **1- beiniger** Landung.

