

Leichtathletik Verein von 2007 Bad Harzburg e.V.

1.Vorsitzender: Jörg Lehmann, Göttingeröder Str.16, 38667 Bad Harzburg



Bad Harzburger Kinderleichtathletik

Samstag, den 25.5.2019

Liebe Sportfreunde,
der LAV 07 Bad Harzburg lädt Euch ganz herzlich zur Kinderleichtathletik auf unserer schönen Sportanlage in Harlingerode ein. Wir möchten die sportliche Vielfalt unserer Sportart den Kindern nahebringen und bieten daher auch Übungen wie Drehwürfe und Stabweit an. Wir werden den Kindern diese Übungen kindgemäß vermitteln und Leichtathletik in spannender Form rüberbringen.

Wettbewerbe Rahmenzeitplan

Zeit	U8	U10	U12
14:00	Gemeinsames Aufwärmen in den Altersklassen		
14:15	Tennisballhammer-Drehwurf	Weitsprung-Staffel	50m- Hindernis-Sprint-Staffel
14:45	Zielweitsprung	30m- Hindernis-Sprint-Staffel	Tennisballhammer-Drehwurf
15:15	30m-Hindernis-Sprint-Staffel	Tennisballhammer-Drehwurf	Stab-Weitsprung
15:45		Team-Biathlon (1 Rd.)	
16:00	Team-Biathlon (1 Rd.)		
16:15			Team-Biathlon (2 Rd.)
16:45	Team-Siegerehrung		

Hinweise

Diese Veranstaltung gehört zur Kinderleichtathletikserie „Harzer Kinderliga“. Wir streben Teamgrößen von 6-8 Kindern an. Vereine, die kein ganzes Team stellen können, bilden mit anderen Mannschaften ein Team.

Weitere Hinweise zur Durchführung:

Hindernis-Sprint-Staffeln:

U8: Hürdenabstände: 6,50m, Kunststoffhürden ca. 12 cm

U10: Hürdenabstände: 6,50m, Kunststoffhürden ca. 35 cm

U12: Hürdenabstände: 7,50m, erste Hürde 11,50m, Aluminiumhürden ca. 50cm

Drehwürfe:

Wir werfen mit Tennisballhämmern, diese Übung imitiert das Hammerwerfen. Dazu fixieren wir eine Nadel im Tennisball und ziehen ein Flatterband durch. Die Kinder fassen das Band an und werfen das Wurfgerät möglichst weit. Bei den Kindern U8 aus dem Stand mit einer ¼-Drehung. Bei den Kindern U10 oder U12 wahlweise aus dem Stand oder mit einer oder mehreren Drehungen. Aus Sicherheitsgründen werfen wir aus dem Diskusring.

Stab(weit)sprünge:

Wir stellen altersgerechte Sprungstäbe und üben den Wettbewerb vorab mit den Kindern. Gemessen wird die Sprungweite unter Nutzung des Stabes.

Team-Biathlon U8 & U10:

Jeweils 2 Kinder laufen gemeinsam eine ca. 300m lange Runde und werfen dabei gemeinsam an einer Wurfstation. Dabei darf erst mit dem Werfen begonnen werden, wenn beide Kinder da sind. Der Abstand beträgt ca. 4m und jedes Kind hat 3 Tennisbälle für die Würfe. Pro verfehltes Ziel sind 5 Kniebeugen als Strafrunde zu machen. Danach läuft das Duo weiter und wechselt gemeinsam auf das nächste Tandem. Die Zeit nach dem dritten Tandem wird gestoppt und mit der von anderen Teams verglichen.

Team-Biathlon U12:

Wie U8 & U10 aber es werden 2 Runden=600m gelaufen und zweimal geworfen.

Meldegeld

Pro Kind: 5 €.

Meldungen

Bis zum 21.5. an

Jörg Lehmann

Göttingeröder Str. 16

38667 Bad Harzburg

Tel: 05322/86755

mail@lav07.de.

Oder bevorzugt über www.ladv.de

Auszeichnungen

Alle Kinder erhalten eine Urkunde.

Ergebnisliste

Die Teamergebnisliste (ohne Leistungen der einzelnen Kinder) wird nach der Veranstaltung auf der Homepage www.lav07.de eingestellt.

Verpflegung

Wir bieten preisgünstig Kaffee, Bockwürste und Kuchen an.

Haftung

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Unfälle, Diebstähle oder Schäden sonstiger Art.

LAV 07 Bad Harzburg

Thomas Bertram, Sportwart