



## TEIL 5

**TERMIN:** 21. September 2024

**Ort:** Kernen - Rommelshausen

Veranstalter: Leichtathletikkreis Rems-Murr

Ausrichter: SpVgg Rommelshausen – LA Kernen

Wettkampfort: St. Rambert-Stadion, Kelterstr. 82,71394 Kernen

Wettkampfbeginn: U8: 10:00 Uhr, Betreuerbesprechung 9:45 Uhr  
U10: 12.00 Uhr, Betreuerbesprechung 11:45 Uhr  
U12: 14.00 Uhr, Betreuerbesprechung 13:45 Uhr

Mannschaften: Die Mannschaften setzen sich aus Jungen und Mädchen oder nur Mädchen zusammen, keine reine Jungenmannschaft.  
Vereins-/LG übergreifende Mannschaften sind möglich, wenn man selbst keine 6 Athleten stellen kann.

Mannschaftsstärke: mindestens 6, höchstens 11 Athletinnen und Athleten bilden eine Mannschaft.

Wertung: Die jeweils besten 6 einer Disziplin kommen in die Wertung, bei den Staffeln alle Teilnehmer. Die Wertung erfolgt nach Altersklassen (keine Jahrgangstrennung) und nur nach Mannschaften.

Auszeichnungen: Alle Teilnehmer/innen erhalten eine Urkunde.

Meldungen: Formlos per Mail über beigefügte Meldedateien an [meldung@team-thomas.org](mailto:meldung@team-thomas.org)  
Gemeldet werden müssen die Anzahl der Mannschaften mit namentlicher Nennung der Teilnehmer **und Jahrgänge**.

Meldeschluss: **Dienstag, 17.09.2024 (E-Mail Eingang)**

Startgeld: 3,50 € pro Teilnehmer

Nachmeldungen: Am Wettkampftag bis 45 Minuten vor Veranstaltungsbeginn.  
Für komplette Mannschaftsnachmeldungen entsteht eine Zusatzgebühr von 5 €.

Haftung: Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung für Unfall, Diebstahl, usw.

Bewirtung: erfolgt durch die LA Kernen

Ergebnisse: im Internet unter [www.team-thomas.org](http://www.team-thomas.org)

## Wettbewerbe:

U8	U10	U12
<b>2 x 30m Sprint</b>		<b>50 m Hindernissprint (s. dlv Wettkampfkarte 16)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hochstart aus der Schrittstellung</li> <li>• Bauchlage in Laufrichtung</li> </ul> beide Zeiten werden addiert		Aus dem Startblock Kinderhürden 40 – 60 cm hoch erreichte Zeit wird gewertet
<b>Wurf in Zonen</b>		
Drehwurf mit kl. Reifen aus der Wurfauslage	Schlagwurf mit Ball (80gr.) aus der Wurfauslage oder mit Anlauf (5 m)	Drehwurf mit Kinderdiskus (500g) aus der Wurfauslage oder Drehung
3 Versuche, die zwei besten Versuche werden addiert		
<b>30 m Hindernis-Pendel-Staffel</b>		
eine Strecke über Hindernisse (1 BlockX + 1 mini Blockx), zweite Strecke flach, Dauer 4 min	eine Strecke über Hindernisse (2 BlockX), zweite Strecke flach, Dauer 4 min	Eine Strecke über Hindernisse (Kinderhürden 40 – 60 cm hoch) zweite Strecke flach, Dauer 5 min
Übersprungene bzw. vorbeigelaufene Hindernisse werden gezählt		
<b>Weitsprung in Zonen</b>		
Hindernishöhe: 1 BlockX	Hindernishöhe: 2 BlockX	Hindernishöhe: 2 BlockX
Sprunggrube ist in Zonen aufgeteilt, Anlauf 10 m, einbeiniger Absprung		Sprunggrube ist in Zonen aufgeteilt, Anlauf 15 m, einbeiniger Absprung
3 Versuche, die zwei besten Versuche werden gewertet		
		<b>Hochsprung (s. dlv Wettkampfkarte 27)</b>
		Höhen: 75 cm, 85 cm, 95 cm ab 95 cm in 5 cm Schritten 10 m Anlauf im 45° Winkel zur Matte, einbeiniger Absprung in beliebiger Technik (Flop oder Scher), Landung beliebig Jedes Kind hat pro Höhe 2 Versuche, die besten Höhen der Kinder werden addiert

### **Bemerkungen zum Hochsprung U12:**

Der Scherhochsprung findet nur bei geeignetem Wetter statt. Sollten die Wetterbedingungen es nicht zulassen, so wird der Hochsprung ersetzt durch den Stab-Weitsprung I (DLV Karte 32)