

5. Burgenland Kinderzehnkampf

Samstag, 5. September 2009

Beginn: 10.00 Uhr

LA-Anlage HTBL-PINKAFELD



TESTE DEIN TALENT IN LAUF – SPRUNG – WURF!

Anmeldung u. Info:

Bis spätestens Freitag, 4. September 2009, 20.00 Uhr

Gerhard Prenner, Pinkafeld, Tel.: 0664/4065480, e-mail: familie-prenner@gmx.at

Werner Ulreich, Pinkafeld, Tel.: 0676/9225798, e-mail: werner.ulreich@tele2.at

Startgeld:

€ 9,- pro NachwuchsathletIn;

Nachnennung bis 1 Std. vor dem Start möglich (€ 12,-)

Startnummernausgabe:

LA-Anlage HTBL-Pinkafeld, von 8.30 bis 9.30 Uhr

Startberechtigt:

Alle Kinder die Spaß an der Bewegung haben!

Auch ohne Vereinszugehörigkeit.

Klasseneinteilung:

1. Gruppe: Jg. 94 - 95 (U-16)
2. Gruppe: Jg. 96 - 97 (U-14)
3. Gruppe: Jg. 98 - 99 (U-12)
4. Gruppe: Jg. 00 - 01 (U-10)
5. Gruppe: Jg. 02 u. jünger



Ehrenpreise – Medaillen – Startnummernverlosung

Für Essen und Trinken ist bestens gesorgt.

Lind

AUTOMOBILE HARTBERG-FRIEDBERG

Lind Lind Lind



Die Disziplinen und deren Durchführung:



Athletik-Team
PINKAFELD

1. Disziplin: 10 m Sprint (fliegend)

Mit Lichtschranken wird die Zeit gemessen, die über eine Strecke von 10 Metern erzielt wird. Der Anlauf bis zur Messstrecke kann frei gewählt werden. (Günstig wären ca. 15 m). Jeder Teilnehmer hat 2 Versuche.

2. Disziplin: Weitsprung

Der Absprung erfolgt mit Absprunghilfe und wird jeweils vom Absprungpunkt gemessen. Einbeiniger Absprung mit Anlauf bei 3 Versuchen.

3. Disziplin: Ballstoß / Kugelstoß

Der Ballstoß erfolgt mit bunten Medizinbällen deren Gewicht der jeweiligen Altersklasse entspricht. 3 Versuche pro TeilnehmerIn.

4. Disziplin: Hochsprung

Auch beim Hochsprung gelten die offiziellen Regeln: Absprung mit einem Bein und drei Versuchen bei jeder Höhe. Bis zu einer Höhe von 110 cm wird mit einer luftgefüllten Trainingslatte gesprungen (kein Verletzungsrisiko). Steigerung je Versuch um 5 cm. Pro TeilnehmerIn max. 7 Versuche möglich.

5. Disziplin: 150 m Shuttle-Lauf

Die Strecke von insgesamt 150 m ist eine Wendestrecke von 35 m, die viermal gelaufen wird. Die letzte Bahn verlängert sich um 10 m bis zur Ziellinie. Bei jedem Lauf treten 3 annähernd gleichstarke Athleten gegeneinander an.

6. Disziplin: Gummiring-Wurf

Ähnlich zum Diskuswurf wird ein Gummiring aus einer Schleuderbewegung so weit wie möglich geworfen. Jeder Athlet hat 3 Versuche.

7. Disziplin: 60 m Hürden-Sprint

Über eine Strecke von 60 m müssen 4 Hürden überlaufen werden. Die verschiedenen Höhen werden je nach Altersklasse angepasst. (Es werden Schaumstoff- bzw. Klapphürden verwendet). Jg. 94-95: 76 cm Klapphürden, Jg. 96-97: 64 cm Klapphürden, Jg. 98-01: 30 cm Schaumstoffhürden, Jg. 02 u. jünger: 15 cm Schaumstoffhürden

8. Disziplin: Stabhochsprung / Stabweitsprung

Wie beim Hochsprung hat jeder Teilnehmer drei Versuche über jede Höhe und zehn Versuche insgesamt. Anfangshöhe ca. 70 cm. Geringe Sprunghöhen werden über eine Gummischnur gesprungen. Stabweitsprung bei den jüngeren AthletInnen. (jeweils 3 Versuche)

9. Disziplin: Vortex-Wurf

Jeder Teilnehmer hat wieder 3 aufeinanderfolgende Versuche wobei der weiteste gewertet wird.

10. Disziplin: 400 m / 800 m Lauf

Beim abschließenden Ausdauerbewerb werden die ersten 150 m / 300 m mit Temporegulierung gelaufen, wobei erfahrene AthletInnen ein zu hohes Anfangstempo einbremsen werden. (Jg. 94 - 99 / 800m, Jg. 00 u. jünger / 400m)



FREIZEITWELT
PINKAFELD
ALLWETTERBAD
www.pinkafeld-online.at

SEYTECH
Computer - Telekommunikation - Wartung - Service
Peter Seyringer meister@seyringer.co.at
Landstraße 1 Tel.: 0664 / 17 15 399
A-2852 Hochneukirchen Fax.: 02648 / 4666 - 13
Professionelle IT und Support für KMU
Vom Meister für Profis!

Ergebnisse unter: www.ats-pinkafeld.at, www.athletik-team.at, www.oelv.at

Haftung: Der Veranstalter lehnt jede Haftung gegenüber den Teilnehmern ab, insbesondere im Falle von Verletzungen, Diebstählen und Sachschäden. Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt.