

Alternativer Teamwettbewerb des SV Werder Bremen



Am Sonntag, den 14. November 2010

- Austragungsort:** Leichtathletikhalle im Weser-Stadion (Eingang Tor 13)
- Beginn:** 11.00 Uhr (Schüler D) / 13.30 Uhr (Schüler C)
- Wertung:** Eine Mannschaft besteht aus vier Kindern der Altersklasse D, Jg. 2001 und jünger bzw. der Altersklasse C, Jg. 99/00 (gerne Jungen und Mädchen gemischt). Die Mannschaften führen alle in der Anlage genannten Disziplinen durch, jedoch nicht unbedingt in der dort aufgeführten Reihenfolge. Die beste Mannschaft jeder Disziplin erhält jeweils die höchste Punktzahl (bei 8 teilnehmenden Mannschaften sind das 8 Punkte), die darauffolgenden Teams Punkte in absteigender Reihenfolge (7, 6, 5, 4, ...). Gewonnen hat die Mannschaft, die am Ende insgesamt die meisten Punkte erzielen konnte.
- Meldungen:** Bis zum **10. November 2010** an:
Anja Kelterborn
Tel. 0421 / 86163
E-Mail: werder-la@web.de
- Nachmeldungen:** Nachmeldungen ganzer Mannschaften am Wettkampftag sind nicht möglich. Einzelne Teilnehmer können jedoch noch angemeldet werden.
- Startgeld:** Pro Mannschaft 8,- €
- Auszeichnungen:** Die drei erstplatzierten Mannschaften jeder Altersklasse erhalten Medaillen. Alle Kinder bekommen eine Urkunde (Platz 1-8 vor Ort, alle anderen nachträglich per Post).
- Sonstiges:** Bitte bei der Meldung für jede Mannschaft einen (Phantasie-) Namen angeben.
Der gesamte Wettkampf soll in Turnschuhen durchgeführt werden.
Es können maximal 21 Mannschaften pro Altersklasse teilnehmen. Ist dieses Limit erreicht, werden keine weiteren Meldungen angenommen.
Am Wettkampftag wird ein Kuchenbuffet angeboten.
- Haftungsausschluss:** Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle, abhanden gekommene Gegenstände oder sonstige Schäden.

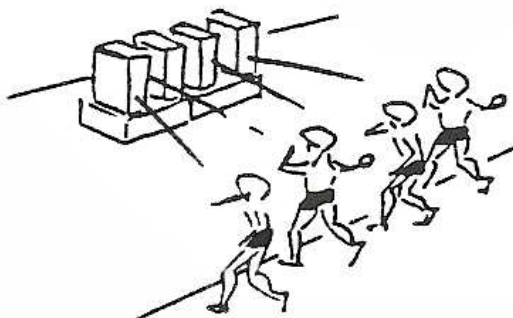
Die Leichtathletikabteilung des SV Werder Bremen wünscht allen Teilnehmern eine gute Anreise und einen schönen Wettkampf.

Disziplinbeschreibungen Alternativer Teamwettbewerb

1. Bananekartonabwurf

Auf einem großen Kastenoberteil (Höhe etwa 20cm) stehen Bananekartons (mit der schmalen Seite nach vorne). Das Team versucht gleichzeitig, in 1 Minute so viele Kartons wie möglich vom Kasten zu werfen. Der Abwurf erfolgt aus 6m Entfernung. Geworfen wird mit 80g-Bällen. Gewertet wird die Gesamttrefferzahl.

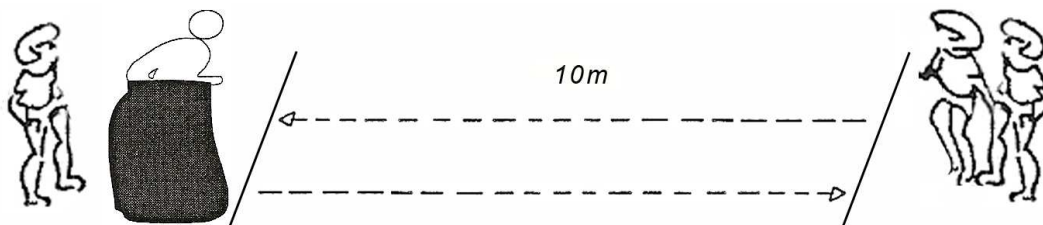
Sind zwischendurch alle Kartons umgeworfen, erfolgt eine kurze Pause, in der der Stationsleiter sie wieder aufstellt. Ebenso sammeln die Kinder gemeinsam in einer kurzen Pause die Bälle wieder auf, wenn der Vorrat verbraucht ist. Die Zeit wird in beiden Fällen nicht angehalten.



2. Sackhüpfen

Das Sackhüpfen erfolgt als Pendelstaffel, in der jeder Teilnehmer einmal 10m zu überwinden hat. Der Startläufer muss sackhüpfend die Linie auf der anderen Seite überqueren, erst dann darf er den Sack an den nächsten übergeben.

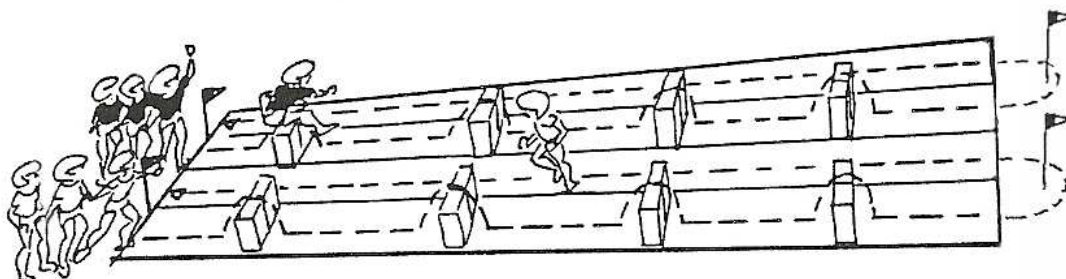
Die Gesamtzeit der Mannschaft wird gestoppt.



3. Hindernisstaffel

Auf der einen Bahn sind im Abstand von 6m Bananekartons aufgestellt, bei jeweils 11m An- und Auslauf. Die andere Bahn ist eine reine Flachstrecke.

Der erste Läufer läuft zunächst über die Hindernisstrecke, dreht am Wendepunkt um und läuft die Flachstrecke zurück. Er übergibt den Staffelstab an den nächsten Läufer usw. Jede Mannschaft hat zwei Läufe, von denen der bessere gewertet wird.

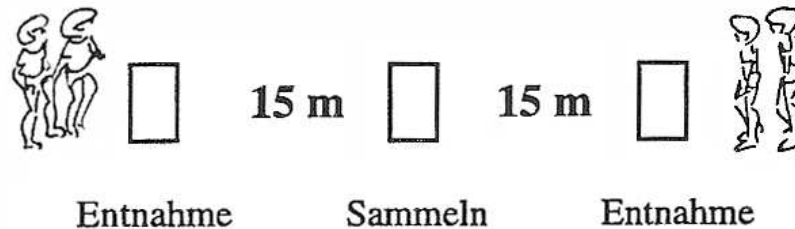


4. Sammelsprint

Der Sammelsprint ist eine Pendelstaffel mit einer Strecke von 30m. Auf jeder Seite steht ein Karton mit Tennisbällen, in der Mitte ein leerer Karton als Sammelstelle.

Der Startläufer nimmt einen Tennisball aus dem Karton, läuft zur Sammelstelle, legt dort den Ball ab und läuft weiter zu Läufer 2. Nach Abschlag auf die Hand nimmt Läufer 2 einen Ball aus seinem Karton, läuft zur Sammelstelle, legt den Ball dort ab und läuft weiter zu Läufer 3. So geht es hin und her.

Ziel ist es, möglichst schnell 20 Bälle in die Sammelstelle zu bringen.

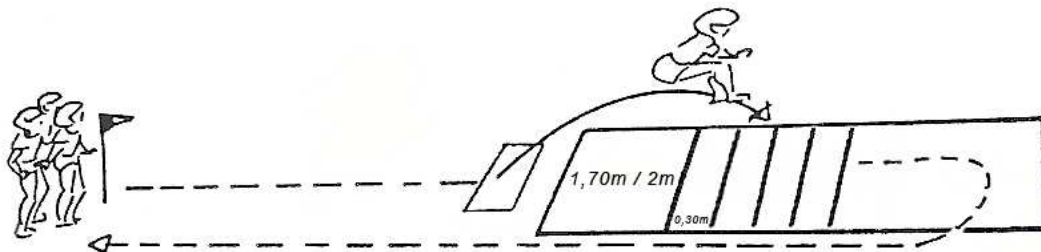


5. Risikoweitsprung

Jeder Teilnehmer hat 10 m Anlauf. Der Absprung erfolgt unmittelbar vor der Weitsprunggrube. In einem Abstand von 1,70m (Schüler D) bzw. 2m (Schüler C) zum Absprungpunkt wird eine Schnur über die Grube gespannt, über die alle Teilnehmer springen müssen. Wer die Weite nicht schafft oder übertritt, scheidet aus. Anschließend wird die Schnur immer 30 cm weiter gesetzt.

Jeder Teilnehmer muss bei der ersten Weite beginnen und jede Weite versuchen. Pro Weite gibt es nur einen Versuch.

Gewonnen hat die Mannschaft mit den meisten gültigen Versuchen.



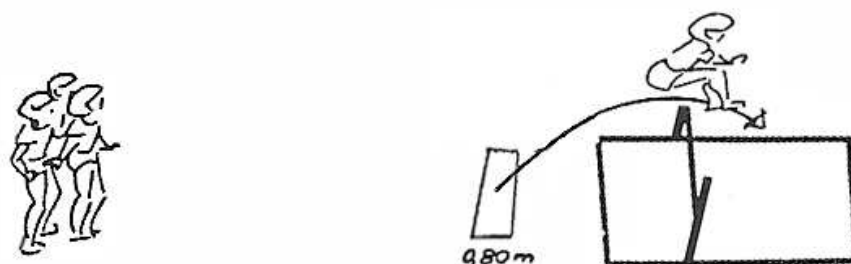
6. Weit-Hochsprung

Jeder Teilnehmer hat 10m Anlauf. Der Absprung erfolgt aus einer Absprungzone (80cm).

In einem Abstand von 1m zum Absprungpunkt wird in 70cm Höhe eine Schnur über die Grube gespannt, über die alle Teilnehmer springen müssen. Wer die Höhe nicht schafft oder übertritt, scheidet aus. Anschließend wird die Schnur immer 5cm höher gesetzt.

Jeder Teilnehmer muss bei der ersten Höhe beginnen und jede Höhe versuchen. Pro Höhe gibt es nur einen Versuch.

Gewonnen hat die Mannschaft mit den meisten gültigen Versuchen.



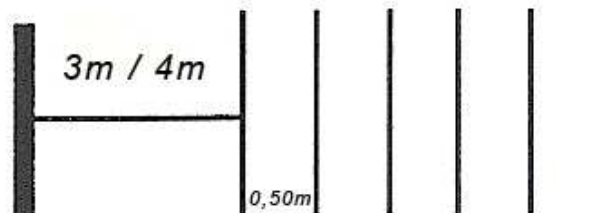
7. Medizinballstoßen

Die Abstoßstelle ist durch eine Linie markiert, in 3m (Schüler D) bzw. 4m (Schüler C) Entfernung steht eine Langbank.

Die Teilnehmer stoßen den Medizinball (Schüler D: 1,5kg / Schüler C: 2kg) aus dem Stand einarmig nach vorne. Wer die Bank nicht übertrifft, scheidet aus. Anschließend wird die Bank 50cm weiter nach hinten gesetzt.

Jeder Teilnehmer muss bei der ersten Weite beginnen und jede Weite versuchen. Pro Weite gibt es nur einen Versuch.

Gewonnen hat die Mannschaft mit den meisten gültigen Versuchen.



8. FINALE: Pendelstaffel

Zum Abschluss des Wettkampfes findet eine Pendelstaffel mit eigener Wertung statt. Jeder Teilnehmer absolviert dabei 50m.