

9. Alternativer Mannschaftsmehrkampf des SV Werder Bremen

Samstag, 15. November 2008

Austragungsort: Leichtathletikhalle im Weserstadion (Eingang weserseitig)

Beginn: 14.00 Uhr (Schüler D) 16.30 Uhr (Schüler C)

Wertung: Eine Mannschaft besteht aus vier Kindern (gerne Jungen und Mädchen gemischt) einer Altersklasse. Dabei wird nach Schüler C (Jg. 97/98) und D (Jg. 99 u.j.) getrennt. 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 schlechteste einen Punkt. Gewonnen hat die Mannschaft, die insgesamt die meisten Punkte erzielen konnte.

Meldungen: Bis zum **12. November 2008** an:

Jana Baumann
Colshornstr. 42
28307 Bremen
Tel. 0421 / 484 19 46
email: jana.baumann@leichtathletik-in-bremen.de

Nachmeldungen: Nachmeldungen ganzer Mannschaften am Wettkampftag sind nicht möglich. Einzelne Teilnehmer können jedoch noch umgemeldet werden.

Startgeld: Pro Mannschaft 10, - €

Auszeichnungen: Die drei erstplatzierten Mannschaften jeder Altersklasse erhalten Medaillen. Alle Kinder bekommen eine Urkunde.

Sonstiges: Bitte bei der Meldung für jede Mannschaft einen (Phantasie-)Namen angeben.
Es wird ein Kuchenbuffet angeboten.
Der gesamte Wettkampf soll in Turnschuhen durchgeführt werden.

Haftungsausschluß: Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Verletzungen, abhanden gekommene Gegenstände oder sonstige Schäden.

Wir wünschen alle Teilnehmern eine gute Anreise und einen schönen Wettkampf.

SV Werder Bremen, Abteilung Leichtathletik

Disziplinbeschreibungen Alternativer Mannschaftsmehrkampf

1. Hindernisstaffel

Die Hindernisstaffel ist eine Pendelstaffel, in der jeder Teilnehmer zweimal 40 m zu laufen hat. Auf der einen Bahn sind im Abstand von 6 m vier Bananenkartons aufgestellt, bei jeweils 11 m An- und Auslauf. Die andere Bahn ist eine reine Flachstrecke. Es wird mit Staffelstab gelaufen.

Jede Mannschaft hat zwei Läufe, von denen der bessere gewertet wird.

2. Mannschaftsrisikoweitsprung

Jeder Teilnehmer hat 10 m Anlauf. Der Absprung erfolgt unmittelbar vor der Weitsprunggrube. In einem Abstand von 1,70 m (Schüler D) bzw. 2,00 m (Schüler C) zum Absprungpunkt wird in etwa 5 cm Höhe 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.

3. Mannschaftsstößen mit dem Medizinball

Der erste Teilnehmer stößt den Medizinball (1,5 KG Schüler D; 2,0 KG Schüler C) aus dem Stand einarmig nach Vorne. Die Landestelle wird markiert. Der nächste Teilnehmer stellt sich mit dem Fuß auf die Markierung und stößt den Ball weiter usw. Gemessen wird die insgesamt erzielte Weite.

Jede Mannschaft hat zwei Durchgänge, von denen der bessere gewertet wird.

4. Standweitsprung

Der Absprung erfolgt aus paralleler Fußstellung aus dem Stand. Jeder Teilnehmer hat zwei Versuche, von denen der bessere gewertet wird. Die erzielten besseren Weiten werden zu einer Gesamtweite addiert.

5. Zielwurf

Auf einem großen Kasten (Höhe etwa 1,50 m) stehen drei Bananenkartons. Jedes Kind hat drei Versuche, um sie vom Kasten zu werfen. Der Abwurf erfolgt aus 6 m Entfernung. Geworfen wird mit 80g-Bällen (Schüler D) bzw. 200g-Bällen (Schüler C). Gewertet wird die Gesamttrefferzahl.

6. Differenzhochsprung

Bei allen Teilnehmern wird die Körpergröße ermittelt und zu einer Gesamtgröße addiert. Anschließend wird ein Hochsprungwettbewerb durchgeführt, bei dem jeder Teilnehmer insgesamt nur drei Sprünge hat. Schafft ein Kind eine Höhe nicht, muß es den nächsten Versuch bei der selben Höhe machen, eine höhere Höhe darf erst versucht werden, wenn die vorangegangene Höhe übersprungen wurde. Die erzielten größten Höhen einer Mannschaft werden zu einer Gesamthöhe addiert. Anfangshöhe bei den Schülern D ist 0,60 m, bei den Schülern C 0,70 m. Gesteigert wird immer um 5 cm.

Für die Wertung wird die Gesamthöhe von der Gesamtgröße abgezogen. Gewonnen hat die Mannschaft mit der geringsten Differenz.

7. Grand Prix

Die große Rundenstaffel zum Abschluß des Wettbewerbes.

[Zur Startseite](#)