

**Ausschreibung: KiLa-Wettkampf
Kinderleichtathletik für die Altersklassen U8 und U10
Dortmund, 22.05.2022**



- Veranstalter und Ausrichter:** Kreis Dortmund, LA-Ausschuss
- Termin:** **Sonntag, 22.05.2022**
- Ort:** Stadion Hacheneey, Settinger Str. 6, 44263 Dortmund
- Meldung:** per Mail an verena.gebhardt@flvw-dortmund.de
- Meldeschluss:** Sonntag, 15.05.2022
- Wertung:** Alle Teilnehmenden erhalten eine Urkunde. Gewertet wird nach DLO Anhang 4. Es finden ausschließlich Teamwertungen statt.
- Wettbewerbe:** Der KiLa-Wettkampf wird als **Teamwettbewerb** mit 4 Disziplinen durchgeführt. Die Disziplinkarten sind im Anhang zu finden.
- U8** Hindernissprint-Staffel (30 m)
Zielweitsprung
Drehwurf (Wurfauslage), Koordinationsringe: ca. 40 cm
Biathlon Staffel 400m
- U10** Hindernissprint-Staffel (30 m)
Zonenweitsprung
Drehwurf (einfache Drehung), Koordinationsringe: ca. 40 cm
Biathlon Staffel 800m
- Mannschaften:** Die Mannschaften bestehen aus **6 bis 11 Kindern** (Mädchen und Jungen). Die Teilnahme ist nicht an eine Vereinszugehörigkeit geknüpft. Wenn ein Verein zu wenig Kinder für das Zustandkommen einer Mannschaft hat, können gemischte Teams mit anderen Vereinen gebildet werden.
- Wettkampfhelfer:innen:** Pro gemeldetes Team ist ein:e **Wettkampfhelfer:in** zu stellen. Bei Meldung der Teams sollten dem Veranstalter die Namen der Wettkampfhelfer mitgeteilt werden.
- Zeitplan:** Der Zeitplan wird nach Meldeschluss veröffentlicht. Die ersten Riegen beginnen um **12:00 Uhr**.
- Meldegebühren:** Dortmunder Vereine des FLVW Kreis Dortmund sind von den Meldegebühren befreit. Für alle anderen Kindern fällt eine Meldegebühr von 2 € pro Kind an. Die Gebühr wird vor Ort am Veranstaltungstag bezahlt.

Wir wünschen allen Teilnehmenden viel Erfolg und Freude bei dem KiLa-Wettkampf.

Verena Gebhardt
Schüler:innen- und Jugendwartin

**Ausschreibung: KiLa-Wettkampf
Kinderleichtathletik für die Altersklassen U8 und U10
Dortmund, 22.05.2022**

- Haftung:** Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung für Schäden jeglicher Art.
- Info:** Nach- und Ummeldungen von einzelnen Athlet:innen werden am Veranstaltungstag bis eine Stunde vor Wettkampfbeginn entgegengenommen. Nachmeldungen ganzer Teams sind nach Meldeschluss nicht mehr möglich.
- Datenschutz:** Mit Meldung der Athlet:innen für die Veranstaltung wird eingewilligt, dass personenbezogene Daten unter Beachtung der EU-Datenschutz-Grundverordnung und dem Bundesdatenschutzgesetz zu Veranstaltungszwecken erfasst, verarbeitet, gespeichert und veröffentlicht werden dürfen. Gleiches gilt für Foto- und Videoaufnahmen des Veranstaltungstages.

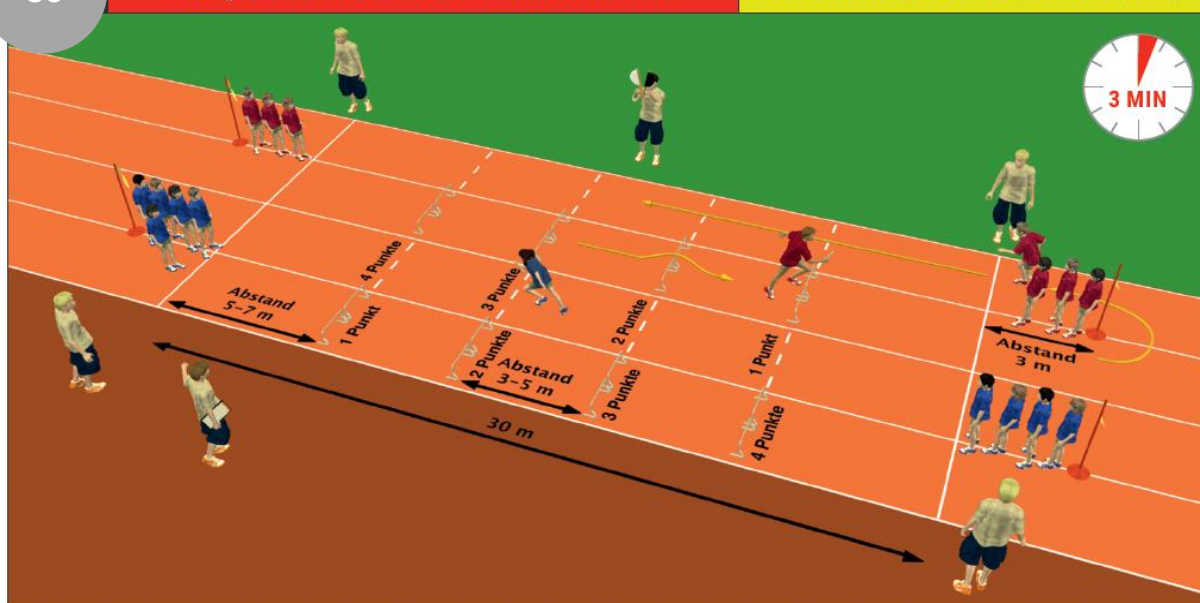
Ausschreibung: KiLa-Wettkampf Kinderleichtathletik für die Altersklassen U8 und U10 Dortmund, 22.05.2022

WETTKAMPFKARTEN LAUFEN

U8

VOM „ÜBER-LAUFEN“ ZUM HÜRDENSPRINT

HINDERNISPRINT-STAFFEL (30 m)



WETTKAMPFIDEE

- Die Kinder sollen als Staffel eine 30-Meter-Hindernis- und -Flachprintstrecke absolvieren.
- Welche Staffel legt innerhalb von 3 Minuten die längste Strecke zurück und sammelt dabei die meisten Punkte?

ABLAUF UND ORGANISATION

- Alle Kinder nehmen teil.
- Für jede Staffel auf 2 parallelen, 30 bis 40-Meter langen Bahnen einen Hindernisparcours aufbauen und jeweils eine Umlaufstange 3 Meter vor den Startlinien aufstellen:
 - Hindernisstrecke: 4 bis 6 gleiche Hindernisse (30 bis 50 cm hoch) mit jeweils gleichem Abstand (jeweils 4 bis 6 m, Anlauf zum ersten Hindernis 6 bis 8 m; s. Abbildung); Art, Höhe, Zahl und exakte Abstände der Hindernisse werden mit der Ausschreibung bekannt gegeben!
- Jedes Staffelteam stellt sich in möglichst gleicher Zahl hinter den gegenüberliegenden Startlinien auf. Der Startläufer überquert nach dem dreigeteilten Kommando die Hinder-

nisbahn, umläuft das Wendemal, übergibt den Tennisring von hinten an den nächsten Läufer und stellt sich hinten an. Der Übernehmende bekommt das Gerät vor Erreichen der 1. Hürde.

LEISTUNGSERMITTLUNG

- Bei einem Fehlstart wird der Läufer per Pfiff, Rückschuss bzw. Startklappe abgebrochen. Der entsprechende Läufer wird altersgerecht ermahnt (keine Disqualifikation!).
- Als Fehlstart gilt, wenn die Startposition („Fertig“-Position im Hochstart) vor dem Startsignal verlassen wird.
- Es gilt, innerhalb von 3 Minuten möglichst viele Punkte zu sammeln: Für jedes überlaufene Hindernis

- bzw. für jedes Hindernis, an dem auf der Flachstrecke vorbeigelaufen wurde, erhält die Staffel 1 Punkt.
- Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, grundsätzlich bei korrektem Umlaufen des Umlaufmals jeweils 1 Punkt zu vergeben.
 - Punktanzug erfolgt, ...
 - bei seitlichem Ausweichen an einem Hindernis auf der Hindernisbahn (1 Punkt pro Hindernis).
 - wenn die gegenüberliegende Malstange (und entsprechend die Gruppe) nicht umrundet wird (2 Punkte).
 - wenn es bei versäumter Malumrundung zusätzlich zum Frühstart bzw. Entgegenlaufen des übernehmenden Läufers kommt (3 Punkte).
 - Umgefallene oder berührte Hindernisse werden nicht bestraft.

TIPPS AUS DER PRAXIS

- Der Zeitnehmer sollte die letzten 10 Sekunden laut mitzählen.
- Für die Punktvergabe ist die jeweilige Position des aktuellen Läufers beim Schlusspfiff ausschlaggebend.

TRAINERWISSEN

- Anknüpfend an die U8-Disziplin soll das risikofreudige, schnelle und flache Überlaufen der Hindernisse erlernt werden.
- Die Kinder sollen die Unterschiede im rhythmischen Überlaufen der Hindernisse kennenlernen.
- Neben dem „Wir-Gefühl“ kommt der Teamaufstellung eine wachsende Bedeutung zu. Dabei ist neben dem individuellen Bewegungskönnen auch die Stabübergabe wichtig.

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- 16 – 24 Kinderhürden, Bananenkartons o. Ä.
- 4 Hindernisstangen/Umlaufmale
- 4 Tennisringe, Staffelstäbe o. Ä.
- 1 Stoppuhr
- 1 Startklappe oder 1 Startpistole und 1 Pfeife

WERTUNG

- Welches Team sammelt innerhalb von exakt 3 Minuten die meisten Punkte?
- Die erzielten Teampunktzahlen werden in eine Rangfolge gebracht.

WETTKAMPFHILFER

- 1 Helfer: Ordner und Startsignal
- 1 Helfer: Zeitnahme und Protokollführung
- 4 Helfer: Aufstellen der Hindernisse, Ermittlung der Punkte und Übergabekontrolle

WEITERE HINWEISE



leichtathletik.de/jugend/kinderleichtathletik/disziplin-uebersicht/bereich-lauf/u10-hindernisprint-staffel-30-40-m

Ausschreibung: KiLa-Wettkampf Kinderleichtathletik für die Altersklassen U8 und U10 Dortmund, 22.05.2022

WETTKAMPFKARTEN LAUFEN

U8

VOM „AUSDAUERND-LAUFEN“ ZUM DAUERLAUFEN

BIATHLON-STAFFEL (400 – 600 m)



WETTKAMPFIDEE

- Die Kinder sollen als Staffelteam eine 400- bis 600-Meter-Strecke mit integrierter Zielwurfstation absolvieren.
- Dabei sollen sie als Paar den Parcours jeweils zweimal laufen.
- Welche Staffel absolviert den Ausdauerparcours am schnellsten?

ABLAUF UND ORGANISATION

- Je 6 – 9 Kinder bilden ein Staffelteam.
- Eine 400 bis 600 Meter lange Laufstrecke markieren, in deren Verlauf für jedes Team eine Wurfstation mit jeweils 3 gleichen Zielen aufbauen und 2 bis 3 Meter davor 6 gleiche Wurfgeräte bereitlegen, zusätzlich eine Strafrunde (ca. 20 bis 30 m) markieren.
- Jeweils 2 – 3 Kinder laufen gleichzeitig und bilden eine Laufgruppe; die ersten Laufgruppen starten auf ein zweiteiliges Startkommando („Auf die Plätze!“, Startsignal).
- An der Wurfstation versucht jeder, mit insgesamt höchstens 3 Würfen möglichst viele Ziele zu treffen. Dabei darf erst geworfen werden, wenn alle Kinder einer Laufgruppe an der Wurfstation angekommen sind. Für

jedes Ziel, das stehenbleibt, muss die Laufgruppe gemeinsam eine Strafrunde absolvieren.

Nachdem die Laufgruppe den Parcours zweimal durchlaufen hat – die Wurfstation kann ein- oder zweimal eingebaut werden –, schickt sie die nächste Laufgruppe auf die Strecke.

Die Länge der Lauf- und Strafrunde, Art der Ziele und Wurfgeräte kann der Ausrichter den jeweiligen örtlichen Gegebenheiten anpassen. Diese werden mit der Ausschreibung bekannt gegeben!

LEISTUNGSERMITTLUNG

- Die Laufzeiten werden (auf Zehntel aufgerundet) ermittelt und notiert.
- Die Zeit wird per Stoppuhr gestoppt, sobald der letzte Läufer des Teams

die farbige Ziellinie überquert.

- Als Fehlstart gilt, wenn die Startläufer in der „Auf die Plätze“-Position bereits vor dem Startsignal „zucken“ oder mit einem Fuß den Bodenkontakt verlieren.

TIPPS AUS DER PRAXIS

- Am Übergang von der Wurfstation zur Strafrunde sollte die Zahl der zu absolvierenden Strafrunden deutlich angesagt/angezeigt werden.
- Nach Möglichkeit für jedes Staffelteam eine eigene Wurfstation aufbauen. Dies spart Zeit und erhöht den Spannungsscharakter.
- Je größer die Wurfgeräte und -ziele, desto größer der Wurfabstand.
- Die Teilnehmer jedes Staffelteams sollten farblich markiert werden;

wenn möglich auch die Wurfstation in der gleichen Farbe kennzeichnen.

- Demonstrieren Sie bei einer Probe- runde den Ablauf, v. a. den Einstieg und Laufrichtung in die Strafrunde.

TRAINERWISSEN

- Die Kinder sollen erste Wettkampferfahrungen in einem Ausdauerwettbewerb sammeln und lernen, sowohl mit eigenen als auch mit Erfolgen und Misserfolgen der Kinder und Konkurrenten umzugehen.
- Gehören mehr als 9 Kinder zum Team, wird gemeinsam entschieden, wer an der Disziplin teilnimmt. Dabei hat der Trainer die letzte Entscheidung, der diese gut begründen können sollte. Nicht teilnehmende Kinder sollen das Team anfeuern.

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- Markierungen wie Hütchen, Hürden
- Wurfstationen (z. B. Festzeltgarnituren), 6 Ziele (Hütchen o. Ä.), 12 Wurfgeräte (z. B. Tennis-, Gymnastikbälle)
- 2 Stoppuhren (o. elektr. Zeitmessung)
- 1 Startpistole/-klappe oder 1 Pfeife
- je 6 – 9 Leibchen/Markierungsbänder

WERTUNG

- Welches Staffelteam bzw. welche Laufgruppe ist am schnellsten?
- Die Staffelzeiten werden in eine Rangfolge gebracht.

WETTKAMPFHelfER

- 1 Helfer: Ordner und Startsignal
- 2 Helfer: Zeitnahme, Kontrolle der Wechsel und Zählen der Runden
- 4 Helfer: Wurfstationen
- 2 Helfer: Einweiser Strafrunde

WEITERE HINWEISE



leichtathletik.de/jugend/kinderleichtathletik/disziplin- uebersicht/bereich-lauf/u8-biathlon-staffel-400-600-m

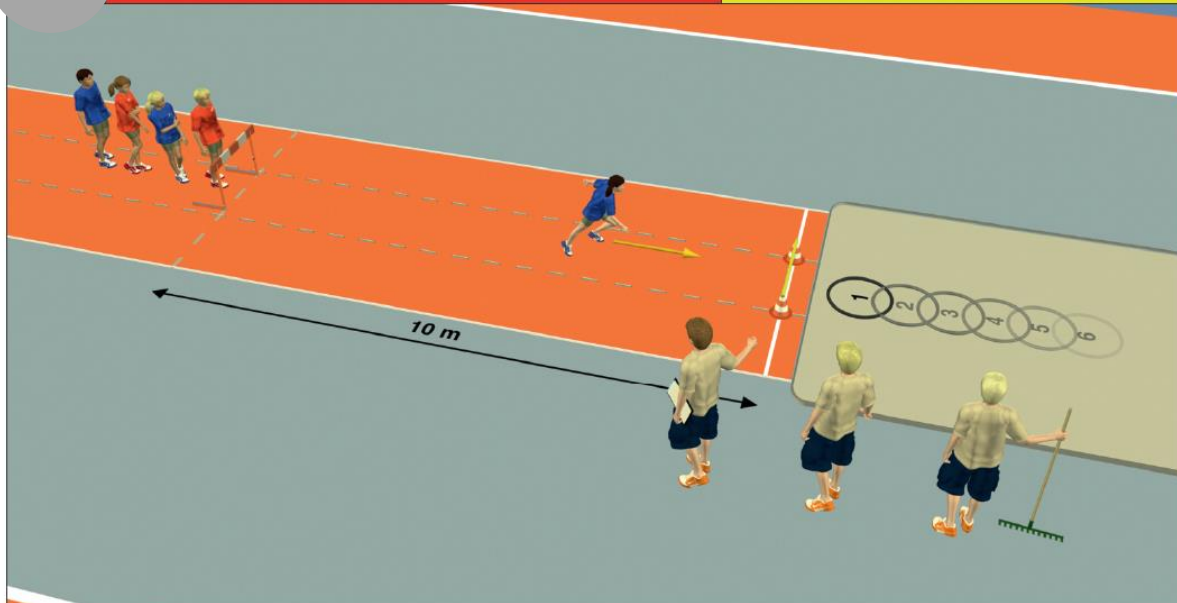
Ausschreibung: KiLa-Wettkampf Kinderleichtathletik für die Altersklassen U8 und U10 Dortmund, 22.05.2022

WETTKAMPFKARTEN SPRINGEN

U8

VOM „WEIT-SPRINGEN“ ZUM WEITSPRUNG

ZIELWEITSPRUNG



WETTKAMPFIDEEN

- Die Kinder sollen nach begrenztem Anlauf einbeinig abspringen und beidbeinig in einem vorgegebenen Zielbereich (Reifen o. Ä.) landen.
- Die Entfernung des Zielbereichs zur Absprunglinie wird von Durchgang zu Durchgang vergrößert; für jeden erfolgreichen Sprung der 6 besten Teilnehmer erhält das Team einen Punkt.
- Welches Team sammelt die meisten Weitenpunkte?



ABLAUF UND ORGANISATION

- Alle Kinder nehmen teil.
- Der Anlauf wird mit einer Hürde auf maximal 10 Meter begrenzt. Die Kinder laufen nacheinander an, springen mit einem Fuß vor einem Absprungorientierer ab und landen möglichst beidbeinig mit paralleler Fußstellung im Zielbereich.
- Gelingt der Versuch, erreicht das Kind den nächsten Durchgang.
- Jedes Kind hat für jede Weite maximal 2 Versuche, misslingt auch der zweite, scheidet das Kind aus.
- Die Kinder dürfen keine Weite auslassen.
- Die Einstiegsweite (Abstand der Vorderkante der Zielmarkierung zum Absprungorientierer) beträgt 1 Meter, der Abstand wird mit jedem

Durchgang um 25 Zentimeter vergrößert.

LEISTUNGSERMITTLUNG

- Für jeden gültigen Versuch erhält das Kind 1 Punkt. Die maximal erreichte Punktzahl ergibt die Einzelleistung.
- Der Sprung ist ungültig, wenn ...
 - der Absprung nicht einbeinig vor dem Absprungorientierer erfolgt oder dieser verschoben wird,
 - die Landung nicht beidbeinig im Reifen erfolgt,
 - der Boden außerhalb des Reifens während der Landung berührt oder der Zielreifen verschoben wird.
- Der Versuch ist auch gültig, wenn ...
 - der Reifen bei der Landung berührt wird,

die Hände den Sand während der Landung nur flüchtig touchieren.

TIPPS AUS DER PRAXIS

- Die Grube nach der Landung seitlich oder nach hinten (weg vom Absprung) verlassen.
- Markierungen im 25-Zentimeter-Abstand am Rand der Sprunggrube erleichtern das schnelle Positionieren des Reifens.
- Unmittelbar nach jedem Versuch signalisiert ein Wettkampfhelfer, ob der Versuch gültig oder ungültig war.
- Ausgeschiedene Kinder nehmen neben der Grube Platz (ggf. auf einer Bank).
- Der Absprungorientierer (Höhe etwa 20 cm) wird direkt am Grubenrand aufgestellt; er sollte so gewählt wer-

den, dass die Sicht auf den Zielreifen nicht versperrt ist.

- Je nach Bedarf die Grube nach je 2 bis 4 Sprüngen neu eineben.
- In die Listen ein „O“ für gültige, ein „X“ für ungültige Versuche eintragen.

TRAINERWISSEN

- Die Kinder sollen lernen, einbeinig abzuspringen und beidbeinig-parallel zu landen; d. h., sie sollen das altersgemäße Bewegungskönnen „Schrittweitsprung“ zeigen.
- Ziel ist es, die eigene Anlaufgeschwindigkeit und den Kräfteinsatz beim Absprung zu differenzieren und passend zu dosieren.
- Der Schwierigkeitsgrad wird dabei von Durchgang zu Durchgang erhöht.

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- 1 Sprunggrube
- 1 Absprungorientierer (Karton o. Ä.)
- 1 Fahrradreifen o. Ä.
- 1 Hürde o. Ä.
- 1 Maßband/Messlatte
- 1 Harke/Rechen
- evtl. Markierungshilfen (z. B. Tape)

WERTUNG

- Welches Team sammelt die meisten Weitenpunkte? Die jeweils 6 besten Einzelleistungen werden zur Teamwertung addiert.
- Die erzielten Teampunktzahlen werden in eine Rangfolge gebracht.

WETTKAMPFHelfER

- 1 Helfer: Protokollführung
- 1 Helfer: Absprung- und Landekontrolle sowie Signalisierung „gültig“ bzw. „ungültig“
- 1 Helfer: Eineben der Grube und Positionierung des Reifens

WEITERE HINWEISE



leichtathletik.de/jugend/kinderleichtathletik/disziplin-uebersicht/bereich-sprung/u8-zielweitsprung

Ausschreibung: KiLa-Wettkampf Kinderleichtathletik für die Altersklassen U8 und U10 Dortmund, 22.05.2022

WETTKAMPFKARTEN WERFEN



WETTKAMPFIDEE

- Die Kinder sollen das Wettkampfgerät per Drehwurf aus der Wurfauslage möglichst weit werfen.
- Sie sollen dabei zeigen, dass sie mehrere möglichst weite Würfe in Folge ausführen können.
- Welches Team sammelt die meisten Weitenpunkte?



ABLAUF UND ORGANISATION

- Alle Kinder nehmen teil.
- Beginnend an der Abwurflinie werden in einem 15 m langen Zielbereich jeweils 1 m breite Zonen markiert, in denen Punkttafeln aufgestellt werden (Zone 1 = 1 Punkt, Zone 2 = 2 Punkte usw.; s. Abbildung).
- Der Wurfbereich wird mit Hütchen o. Ä. auf 2 m begrenzt. Zusätzlich den Abwurfbereich mit einem Tor o. Ä. sichern; die gerade nicht werfenden Kinder warten hinter dem Sicherheitsnetz auf ihren Einsatz.
- Mit der Ausschreibung wird das zu werfende Wettkampfgerät bekanntgegeben (z. B. Schleuderball [kleiner Schweifball, am Band gegriffen], Tennisring oder Fahrradmantel [12 bis 18 Zoll]).

- Die Kinder werfen das Gerät aus der Wurfauslage per Drehwurf möglichst weit in den Zielbereich.
- Die Zone, in der das Wurfgerät aufkommt, bestimmt die erreichte Punktzahl. Auch Geräte, die neben dem Zielfeld aufkommen, werden in (gedachter) Verlängerung der entsprechenden Zonenlinien gewertet.

LEISTUNGSERMITTLUNG

- Jedes Kind hat 4 Versuche. Die besten 3 erzielten Punktzahlen eines jeden Kindes werden addiert und bilden das Einzelergebnis.
- Der Wurf ist ungültig, wenn ...
 - die Abwurflinie übertreten oder das Zielfeld berührt wird,
 - der Beschleunigungsweg größer ist als erlaubt,

der Wurfbereich nach dem Wurf (bzw. nach dem 2. und 4. Wurf) nicht nach hinten verlassen wird.

TIPPS AUS DER PRAXIS

- Bei der Ausführung sollten bei den 6- bis 7-Jährigen kleinere Bewegungsfehler toleriert werden. In diesem Fall sollte der Trainer (oder ein Wettkampfhelfer) den korrekten Bewegungsablauf des Drehwurfs noch einmal demonstrieren und erläutern.
- Empfehlung: Jedes Kind absolviert je 2 Würfe direkt nacheinander, verlässt den Wurfbereich und stellt sich wieder hinten an (Zeitersparnis).

TRAINERWISSEN

- Die Kinder sollen die Dreh-Streck-Bewegung des gesamten Körpers

als hilfreiches Element beim Abwurf während des Drehwurfs kennenlernen.

- Kernmoment beim Drehwurf ist die Wurfauslage mit einer Gewichtverlagerung „von hinten (Druckbein) nach vorne (Stemmbein)“. Beim Abwurf erfolgt eine Impulsübertragung auf das Gerät; der Beschleunigungsweg sollte dabei auf-/ansteigend sein.
- Die Kinder sollten den Umgang mit verschiedenen Wurfgeräten mit unterschiedlichen Handhabungen und Flugeigenschaften kennenlernen.
- Es werden vor allem Konzentrationsfähigkeit und Bewegungsgefühl der Kinder gefordert.
- Ein 1- bis 2-maliges Ausschwingen erleichtert die Steuerung der Drehbewegung.

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- Wurfgeräte laut Ausschreibung
- 1 Zielfeld (15 x 15 m), 1 Maßband
- Sicherheitsnetz (Tor o. Ä.)
- 1 Begrenzungslinie (Hütchen o. Ä.)
- Zonenmarkierungen (z. B. Flatterband und Heringe)
- Punkttafeln (laminiert), Hütchen

WERTUNG

- Welches Team erreicht die größte Gesamtweite? Die Teamwertung ergibt sich aus der Summe der 6 besten Einzelleistungen der Kinder.
- Die erzielten Teamwertungen werden in eine Rangfolge gebracht.

WETTKAMPFHelfER

- 1 Helfer: Ansage, Protokollführung und Kontrolle der Bewegungsausführung
- 2 Helfer: Punktermittlung und Zurückbeförderung der Wurfgeräte

WEITERE HINWEISE



leichtathletik.de/jugend/kinderleichtathletik/disziplinuebersicht/bereich-wurf/u8-drehwurf

Ausschreibung: KiLa-Wettkampf Kinderleichtathletik für die Altersklassen U8 und U10 Dortmund, 22.05.2022

WETTKAMPFKARTEN LAUFEN



WETTKAMPFIDEE

- Die Kinder sollen als Staffel eine 30-Meter-Hindernis- und -Flachstrecke absolvieren.
- Welche Staffel legt innerhalb von 3 Minuten die längste Strecke zurück und sammelt dabei die meisten Punkte?

ABLAUF UND ORGANISATION

- Alle Kinder nehmen teil.
- Für jede Staffel auf 2 parallelen, 30 bis 40-Meter langen Bahnen einen Hindernisparcours aufbauen und jeweils eine Umlaufstange 3 Meter vor den Startlinien aufstellen:
 - Hindernisstrecke: 4 bis 6 gleiche Hindernisse (30 bis 50 cm hoch) mit jeweils gleichem Abstand (jeweils 4 bis 6 m, Anlauf zum ersten Hindernis 6 bis 8 m; s. Abbildung): Art, Höhe, Zahl und exakte Abstände der Hindernisse werden mit der Ausschreibung bekannt gegeben!
- Jedes Staffelteam stellt sich in möglichst gleicher Zahl hinter den gegenüberliegenden Startlinien auf.
- Der Startläufer überquert nach dem dreigeteilten Kommando die Hinder-

nisbahn, umläuft das Wendemal, übergibt den Tennisring von hinten an den nächsten Läufer und stellt sich hinten an. Der Übernehmende bekommt das Gerät vor Erreichen der 1. Hürde.

LEISTUNGSERMITTLUNG

- Bei einem Fehlstart wird der Lauf per Pfiff, Rückschuss bzw. Startklappe abgebrochen. Der entsprechende Läufer wird altersgerecht ermahnt (keine Disqualifikation!).
- Als Fehlstart gilt, wenn die Startposition („Fertig“-Position im Hochstart) vor dem Startsignal verlassen wird.
- Es gilt, innerhalb von 3 Minuten möglichst viele Punkte zu sammeln: Für jedes überlaufene Hindernis

- bzw. für jedes Hindernis, an dem auf der Flachstrecke vorbeigelaufen wurde, erhält die Staffel 1 Punkt.
- Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, grundsätzlich bei korrektem Umlaufen des Umlaufmals jeweils 1 Punkt zu vergeben.
- Punktabzug erfolgt, ...
 - bei seitlichem Ausweichen an einem Hindernis auf der Hindernisbahn (1 Punkt pro Hindernis).
 - wenn die gegenüberliegende Malstange (und entsprechend die Gruppe) nicht umrundet wird (2 Punkte).
 - wenn es bei versäumter Malumrundung zusätzlich zum Frühstart bzw. Entgegenlaufen des übernehmenden Läufers kommt (3 Punkte).
- Umgefallene oder berührte Hindernisse werden nicht bestraft.

TIPPS AUS DER PRAXIS

- Der Teilnehmer sollte die letzten 10 Sekunden laut mitzählen.
- Für die Punktvergabe ist die jeweilige Position des aktuellen Läufers beim Schlusspfeiff ausschlaggebend.

TRAINERWISSEN

- Anknüpfend an die U8-Disziplin soll das risikofreudige, schnelle und flache Überlaufen der Hindernisse erlernt werden.
- Die Kinder sollen die Unterschiede im rhythmischen Überlaufen der Hindernisse kennenlernen.
- Neben dem „Wir- Gefühl“ kommt der Teamaufstellung eine wachsende Bedeutung zu. Dabei ist neben dem individuellen Bewegungskönnen auch die Stabübergabe wichtig.

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- 16 – 24 Kinderhürden, Bananenkartons o. Ä.
- 4 Hindernisstangen/Umlaufmale
- 4 Tennisringe, Staffelstäbe o. Ä.
- 1 Stoppuhr
- 1 Startklappe oder 1 Startpistole und 1 Pfeife

WERTUNG

- Welches Team sammelt innerhalb von exakt 3 Minuten die meisten Punkte?
- Die erzielten Teampunktzahlen werden in eine Rangfolge gebracht.

WETTKAMPFHILFER

- 1 Helfer: Ordner und Startsignal
- 1 Helfer: Zeitnahme und Protokollführung
- 4 Helfer: Aufstellen der Hindernisse, Ermittlung der Punkte und Übergabekontrolle

WEITERE HINWEISE



leichtathletik.de/jugend/kinderleichtathletik/disziplin-ubersicht/bereich-lauf/u10-hindernissprint-staffel-30-40-m