



100
100 Jahre
TSV Leuna



Einladung und Ausschreibung

zum zentralen

Leichtathletik- und Athletiktest

Der Altersklassen U8 bis U18

- Ranglistenwettkampf des SVSA -

am

31. Oktober 2019

in Leuna

| Organisation | |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Veranstalter | Skiverband Sachsen-Anhalt e.V. |
| Durchführender Verein | TSV Leuna e.V. Abt. Ski |
| Wettkampfleitung: | Steffen Kohl-Bosdorff TSV Leuna e.V. Abt. Ski Holger Stein Sportwart LL SVSA |
| Chef Kampfrichter: | Dr. Andreas Lange, TSV Leuna e.V. Abt. Ski |
| EDV Auswertung: | Florian Bosdorff TSV Leuna e.V. Abt. Ski Frank Friedrich |
| Kampfrichter: | TSV Leuna e.V. Abt. Ski + teilnehmende Vereine |



100
100 Jahre
TSV Leuna



100 Jahre
TSV Leuna



Teilnahmeberechtigt:

Startberechtigt sind alle Sportler der Altersklassen U8 – U18 (Jg. 2012 – 2002), die Mitglied eines Vereins sind.

Altersklassen:

gem. DWO Skilanglauf / Skisprung neuste Ausgabe, Wettkampffjahr 2020

Programm:

| Uhrzeit | Bezeichnung | Ort |
|--------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| ab 08.30 Uhr | Ausgabe der Startnummern | Sporthalle Leuna Emil-Fischer-Straße 22 06237 Leuna |
| 09.00 Uhr | Kampfrichtereinweisung | |
| 09.30 Uhr | Wettkampfbeginn Athletik | |
| 11.30 Uhr | Mittagspause | |
| 13.00 Uhr | Wettkampfbeginn Leichtathletik | Stadion des Friedens Feldstr. 6 06237 Leuna |

Organisatorische Hinweise:

Organisationsform ist der Riegenbetrieb; die Riegen werden im Vorfeld eingeteilt und sind spätestens am Wettkampftag den Aushängen zu entnehmen.
Die Sporthalle darf nur mit sauberen Hallenschuhen (helle Sohle) betreten werden. Barfuß oder mit Strümpfen ist die Teilnahme an den athletischen Disziplinen nicht erlaubt.
Umkleide- und Duschkmöglichkeiten sind in der Sporthalle und im Stadion vorhanden.

Meldungen

nur schriftlich an: TSV Leuna e.V. Abt. Ski, Feldstr. 6, 06237 Leuna
eMail: info@tsv-leuna.de
Meldungen bitte mit Meldeformular_LanglaufWK.xls
(zum Download auf: www.skiverbandsa-anhalt.de und www.tsv-leuna.de)

Je Verein bitte verbindlich 2 Kampfrichter (namentlich) mit der Meldung benennen!

Meldeschluss:

Montag, den 28.10.2019 – 24.00 Uhr, Keine Nachmeldungen möglich!

Teilnehmergebühren:

5,00 €/Sportler (inkl. Mittagessen)
Mittagessen kann für Betreuer / Eltern für 2,50 Euro bestellt werden, bitte Anzahl mit der Meldung angeben. Mittagessen für Übungsleiter und Kampfrichter ist kostenfrei

Ehrungen:

Sachpreise für die 6 Punktbesten über alle Sportler
Urkunden nach AK (eventuell im Nachgang)



100 Jahre
TSV Leuna



100
100 Jahre
TSV Leuna



Informationen zu den Wettkämpfen:

ATHLETIK

- Rumpfkraft
 - o Unterarmstütz, wechselseitiges Fußheben im 1sek. Takt (lt. DSV-Athletik -Test)
 - o max. 6min

- Seilspringen
 - o Anzahl der Durchschläge in 1 min
 - o 1 Versuch

- Liegestütz (Langlauf)
 - o Ausgangslage: Hände über Schulterbreite auf Brusthöhe neben den Körper, Hände zeigen nach vorn, Körper gestreckt
 - o Ausführung: Kinn berührt Matte, Arme beim hochdrücken gestreckt
 - o Anzahl in 1min

- Treibhöhe (Skisprung)
 - o gewertet wird die Differenz zwischen Sprunghöhe und Reichhöhe (gestreckter Arm)
 - o Absprung und Landung müssen beidbeinig erfolgen
 - o 2 Versuche

- Medizinballstoßen
 - o 1 kg (bis U11), 2 kg (U12 - U14), 3 kg (ab U15)
 - o Medizinball wird beidhändig vom Körper nach vorn gestoßen
 - o 2 versuche, der beste wird gewertet
 - o Abstoßlinie darf während des gesamten Bewegungsablaufs nicht übertreten werden

- Turnen
 - o 5 Einzelemente: Ansprungrolle, Kopfstand, flüchtiger Handstand, Rolle vorwärts, Rolle rückwärts
 - o Die Einzelemente können in beliebiger Reihenfolge absolviert werden, außer Ansprungrolle die zu Beginn absolviert werden muss
 - o Wertung des Gesamteindrucks der Einzelemente

- Balance
 - o Von der Ausgangsstellung auf einem Hocker eine möglichst lange Strecke auf der Slackline balancieren
 - o Slackline ist 0,50 m über dem Boden gespannt, Spannweite 6,00 m, Markierungen aller 0,50 m
 - o 1 Versuch



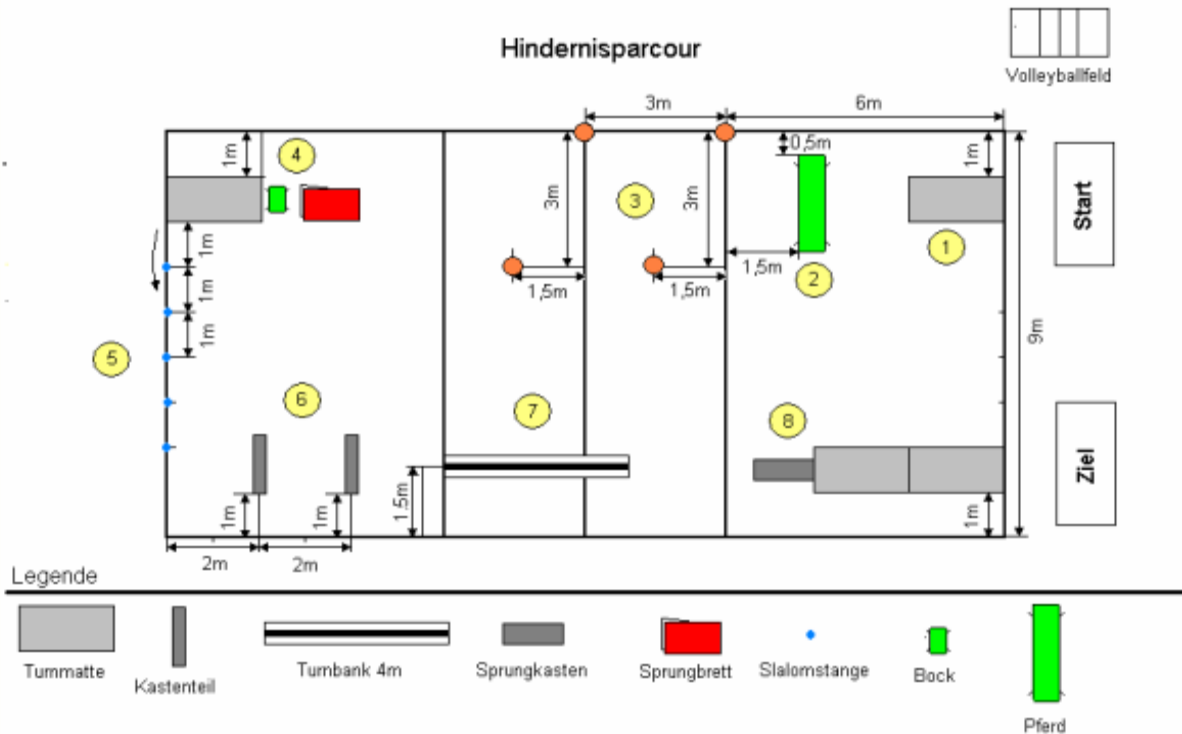
100
100 Jahre
TSV Leuna



100 Jahre
TSV Leuna



- Hindernisparcours
 - o Aufbau innerhalb eines Volleyballfeldes (siehe Grafik)
 - o Zeitnahme erfolgt nach Überquerung der Grundlinie
 - o 1 Versuch



- Stationen im Hindernisparcours:
 - (1) eine Rolle vorwärts und eine Rolle rückwärts (ohne Drehung)
 - (2) Pferd (1,10 m) übersteigen, durchkriechen und noch mal übersteigen
 - (3) Medizinbälle wechselseitig mit der Hand berühren (rechts – links – rechts – links)
 - (4) Sprung in Grätsche über einen Bock (1 m)
 - (5) Slalom um fünf Stangen (bei Umfallen pro Stange 2 Strafsekunden)
 - (6) 1.Kastenteil drunter – drüber – drunter; 2.Kastenteil drüber – drunter – drüber
 - (7) Balancieren auf einer umgedrehten Bank (4 m); bei Bodenberührung erneuter Beginn
 - (8) Kasten längs (1 m) überwinden, Niedersprung und anschließend eine Rolle vorwärts; danach Zieleinlauf (Grundlinie)



100 Jahre
TSV Leuna



100
100 Jahre
TSV Leuna



- **zusätzlich Athletik/ Leichtathletik für Skilanglauf (nur für die Ranglistenwertung):**
- 10-er Sprungschritte
 - o Ausgangsstellung = Schrittstellung, wechselseitiges Springen gefordert
 - o Landung nach 10. Sprung erfolgt beidbeinig
 - o Wertung im Verhältnis zur Körpergröße, 2 Versuche – der beste wird gewertet
- Rollschlitten
 - o 1 min bis U11, 2 min ab U12
 - o 9. Sprosse bis U11, 10. Sprosse U12+U13, 11. Sprosse U14+U15w, 12. Sprosse U15m + U16–U18
 - o Bewegungsbeginn mit gestreckten Armen, Zug bis die Hände an der Hüfte sind
 - o Beim Rückwärtsrollen ist das Bremsen erlaubt
 - o 1 Versuch

LEICHTATHLETIK

- Sprint
 - o 30m
 - o Fliegender Start aus dem Stand
 - o Durchlaufen der Startlinie bis zur Ziellinie (Einzelstart ohne Startkommando)
 - o 2 Versuche – der Beste wird gewertet
- Mittelstrecke
 - o 800 m (bis U10), 1.000 m (ab U11)
 - o Hochstart („Auf die Plätze, los“)
 - o Gruppenlauf auf 400m Stadionrunde
- 10-er Sprungschritte
 - o Ausgangsstellung = Schrittstellung
 - o wechselseitiges Springen gefordert
 - o Landung nach 10. Sprung erfolgt beidbeinig
 - o Wertung im Verhältnis zur Körpergröße
 - o 2 Versuche – der Beste wird gewertet
- Weitsprung
 - o 2 Versuche – der Beste wird gewertet



100
100 Jahre
TSV Leuna



100 Jahre
TSV Leuna



Einverständniserklärung zum Datenschutz:

1. Mit der Meldung zum Wettkampf erklären Sie sich damit einverstanden, dass wir, der TSV Leuna e.V., personenbezogene Daten (u.a. Name, Vorname, Alter) zum Zweck der Kommunikation und der Durchführung des Wettkampfes, insbesondere der Erstellung der Start- und Ergebnislisten und der entstehenden Mediendateien (u.a. Fotos, Videos), erheben, verarbeiten und veröffentlichen.
2. Aus technisch-organisatorischen Gründen haben Sie bis zum oben genannten Meldeschluss Zeit, Ihr Einverständnis mit nachfolgend genannten Folgen (schriftlich) zu widerrufen:
 - a. Löschen der von Ihnen gespeicherten personenbezogenen Daten
 - b. Starten außerhalb der Wertung und ohne Berücksichtigung vorheriger Platzierungen
 - c. Keine Nennung in den Ergebnislisten des Wettkampfes und Verzicht auf eine Platzierung, Preise oder Punkte, die sich im Zusammenhang mit dem Wettkampf ergeben könnten
3. Für Sammelmeldungen gelten zusätzlich folgende Punkte:
 - a. Der Meldende hat Sorge zu tragen, dass alle Teilnehmer die Punkte dieser Einverständniserklärung gelesen und akzeptiert haben.
 - b. Für die Meldung von Kindern und Jugendlichen, die das 16. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, muss die Zustimmung durch die Träger der elterlichen Verantwortung erfolgen.

Haftung:

1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer:

In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib oder Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen die Schwierigkeiten der Strecke bzw. Anlage sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen. Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein. Zudem haben sie in der Aktivenerklärung ausdrücklich bestätigt für das von ihnen verwendete Material selbst verantwortlich zu sein. Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.

2. Verschulden des Organisators und seiner Erfüllungsgehilfen:

Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit haften. Diese Erklärung gilt auch für den Rechtsnachfolger des Athleten. Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen. Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzeptiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.



100 Jahre
TSV Leuna

Zentrale Leistungsüberprüfung - Skiverband Sachsen-Anhalt / TSV Leuna e.V. Abt. Ski

10.10.2019

Athletik

Leichtathletik

| | Seilspringen | Hindernisp. | Rumpftest | Slackline | Medizinball | Rollschlitten | Liegestütz | Weitsprung | Sprint | 10-er | Mittelstrecke |
|------------------|---------------|-------------|-------------|------------|-------------|----------------------|------------|-------------|---------------|------------|---------------|
| Norm-Punkte | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| Differenz | 1 Sp. = 0,5 P | 1 sec = 1 P | 5 sec = 1 P | 0,5 = 10 P | 10 cm = 1 P | 1 Zug = 3 P | 1 LS = 2 P | 10 cm = 2 P | 0,1 sec = 1 P | 1 cm = 1 P | 1 sec = 2 P |
| Norm | Anzahl | sec | sec | m | cm Gew. | Anzahl Dauer Sprosse | Anzahl | m | sec Dist. | üKH in cm | min Dist. |
| 8 m | 100 | 42 | 220 | 3,0 | 440 1 kg | 18 1 min 9 | 30 | 3,65 | 5,1 30 | 40 | 3:40 800 |
| 8 w | 110 | 42 | 220 | 3,0 | 390 1 kg | 18 1 min 9 | 30 | 3,65 | 5,1 30 | 40 | 3:40 800 |
| 9 m | 110 | 40 | 240 | 3,0 | 510 1 kg | 20 1 min 9 | 33 | 3,80 | 5,0 30 | 40 | 3:30 800 |
| 9 w | 120 | 40 | 240 | 3,0 | 460 1 kg | 20 1 min 9 | 32 | 3,80 | 5,0 30 | 40 | 3:30 800 |
| 10 m | 130 | 38 | 260 | 3,5 | 580 1 kg | 22 1 min 9 | 36 | 3,95 | 4,9 30 | 40 | 3:15 800 |
| 10 w | 140 | 38 | 260 | 3,5 | 530 1 kg | 22 1 min 9 | 34 | 3,95 | 4,9 30 | 40 | 3:15 800 |
| 11 m | 140 | 36 | 280 | 4,0 | 650 1 kg | 25 1 min 9 | 39 | 4,10 | 4,7 30 | 50 | 3:50 1000 |
| 11 w | 150 | 36 | 280 | 4,0 | 600 1 kg | 24 1 min 9 | 36 | 4,10 | 4,7 30 | 50 | 3:50 1000 |
| 12 m | 150 | 34 | 300 | 4,5 | 580 2 kg | 48 2 min 10 | 42 | 4,25 | 4,5 30 | 60 | 3:40 1000 |
| 12 w | 160 | 34 | 300 | 4,5 | 530 2 kg | 46 2 min 10 | 38 | 4,25 | 4,5 30 | 60 | 3:40 1000 |
| 13 m | 170 | 32 | 320 | 5,0 | 650 2 kg | 50 2 min 10 | 45 | 4,45 | 4,3 30 | 60 | 3:25 1000 |
| 13 w | 170 | 32 | 320 | 5,0 | 600 2 kg | 48 2 min 10 | 40 | 4,45 | 4,4 30 | 60 | 3:25 1000 |
| 14 m | 170 | 30 | 340 | 5,5 | 720 2 kg | 50 2 min 11 | 48 | 4,80 | 4,1 30 | 80 | 3:15 1000 |
| 14 w | 170 | 30 | 340 | 5,5 | 670 2 kg | 50 2 min 11 | 42 | 4,80 | 4,3 30 | 80 | 3:20 1000 |
| 15 m | 170 | 30 | 360 | 6,0 | 650 3 kg | 50 2 min 12 | 51 | 5,10 | 3,9 30 | 80 | 3:10 1000 |
| 15 w | 170 | 30 | 360 | 6,0 | 600 3 kg | 50 2 min 11 | 44 | 5,10 | 4,2 30 | 80 | 3:15 1000 |
| 16 - 18 m | 170 | 30 | 360 | 6,0 | 720 3 kg | 52 2 min 12 | 54 | 5,50 | 3,6 30 | 80 | 3:00 1000 |
| 16 - 18 w | 170 | 30 | 360 | 6,0 | 670 3 kg | 50 2 min 12 | 46 | 5,50 | 3,9 30 | 80 | 3:05 1000 |

Turnen

Es werden 5 Übungen abgefordert,

pro Übung gibt es bei richtiger Ausführung 8 Pkt., 4 Pkt. bei "Ansatz vorhanden" und 0 Pkt. bei Element nicht geturnt