

Ludwigsfelder Hallen-Sportfest 2023



Leichtathletik

Die Veranstaltung ist für die U10 + U12 Teil des Wintercups 2023/24 des Leichtathletik-Kreises Ulm/Alb-Donau

Termin: **Samstag, 16. Dezember 2023** (Jahrgangswertung wie 2024!)

Beginn: **11.00 Uhr** U 8 (Jg. 2017 – 2018)
13.00 Uhr U 10 + U 12 (Jg. 2013 – 2016)

Wo: **Sporthalle der Christoph-Probst-Realschule**
Albert-Schweitzer-Straße 16, Neu-Ulm

Meldung: Die Meldungen bitte bis Dienstag, 12. Dezember in angehängter Excel-Liste an leichtathletik@tsf-l.de. Die Meldegebühr beträgt 5 Euro/Starter.

Preise: Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde, die Plätze 1 – 3 eine Medaille

	SPRINT	SPRUNG	WURF
U 8	30 m fliegend 30 m Hürden Zeiten werden addiert Abstand 9,00/5,50 m	Standweitsprung in 10cm-Zonen 4 Versuche – 3 Besten addiert	Medizinballstoßen beidarmig frontale Stoßauslage, Nachspringen erlaubt, 1 kg 4 Versuche – 3 Besten addiert
U10	30 m fliegend 30 m Hürden Zeiten werden addiert Abstand 9,50/6,00	Standweitsprung in 10cm-Zonen 4 Versuche – 3 Besten addiert	Medizinballstoßen seitliche Stoßauslage, 1,5 kg 4 Versuche - 3 Besten addiert
U12	30 m fliegend 30 m Hürden Zeiten werden addiert Abstand 10,00/6,50	Kreuzsprung siehe Anleitung im Anhang! 2 Versuche – Besserer zählt	Medizinballstoßen seitlich, 2 kg 2x links – 2x rechts 3 Beste werden addiert

S T A F F E L

Alle Jahrgangsklassen bestreiten im Anschluss eine Tennisballstaffel – Anleitung anbei!

Der Rahmenzeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt.

Je nach Anzahl der Meldungen behalten wir uns vor, die U8 zeitgleich mit der U10 und U12 starten zu lassen!

Bei Unfällen, Diebstahl und sonstiger Schadensfälle übernimmt der Ausrichter keine Haftung.
Für Verpflegung ist gesorgt.

Bei Fragen wendet euch direkt an Sylvia Hummel (0172-7318621) oder an leichtathletik@tsf-l.de.