

Einladung & Ausschreibung
Athletik- und Leichtathletik-Wettkampf
der Altersklassen U8 bis U18 – Ranglistenwettkampf des SVSA
Samstag, 10. Juni 2017
in Wernigerode

Organisation

| | |
|-------------------------|--|
| Veranstalter: | Skiverband Sachsen-Anhalt e.V. |
| Durchführender Verein: | Nordischer Ski Verein Wernigerode e.V. |
| Chef-Kampfrichter: | Thomas Hedderich |
| Ergebnisse /Auswertung: | Thomas Hedderich / Thomas Kühlmann |
| Verpflegung: | Melanie Rippin |

Wettkampf- und Zeitfolge

| | |
|---------------------------------|--|
| Datum: | Samstag, 10. Juni 2017 |
| Austragungsort Athletik: | Sporthalle „Kohlgarten“ - Kohlgartenstraße 2, Wernigerode |
| Austragungsort Leichtathletik: | Stadion „Kohlgarten“ - Kohlgartenstraße 2, Wernigerode |
| Kampfrichtereinweisung: | 09:00 Uhr |
| Wettkampfbeginn Athletik: | 09:30 Uhr |
| Mittagessen: | ca. 11:30 Uhr |
| Wettkampfbeginn Leichtathletik: | ca. 13:00 Uhr |
| Siegerehrung: | im Anschluss an den Wettkampf im Stadion |
| Ergebnisse: | Im Internet unter nsv-wernigerode.de |

Meldung

| | |
|------------------------|--|
| Teilnahmeberechtigung: | Nur Mitglieder des SVSA mit gültigem Startpass (bei Meldung bitte angeben)! |
| Altersklassen: | U8 - U18 (m/w) |
| AK-Einteilung : | lt. DWO Saison 2017/2018 |
| Startgebühren: | 5,00 € pro Sportler (inkl. Mittagessen) Mittagessen kann für Betreuer/Eltern für 1,50 € bestellt werden, bitte Anzahl mit der Meldung angeben Mittagessen für angemeldete Kampfrichter frei |
| Meldungen: | meldung@nsv-wernigerode.de |
| Meldeschluss: | Mittwoch, d. 07. Juni 2016 – keine Nachmeldungen |
| Hinweis zur Meldung: | Je Verein bitte verbindlich 2 Kampfrichter (namentlich) mit der Meldung benennen! |

Allgemeine Bestimmungen

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 Duschmöglichkeiten** sind in der Sporthalle vorhanden.

Ehrung:

Sachpreise für die 6. Punktbesten über alle Sportler
Urkunden je AK m und w im Nachgang

Wettbewerbe

LEICHTATHLETIK für Langlauf / Biathlon / Alpin / Sprung

o Sprint

- 30m
- *Fliegender Start aus dem Stand (ca. 3 Meter von Startlinie)*
- *Durchlaufen der Startlinie bis zur Ziellinie (Einzelstart ohne Startkommando)*
- 2 Versuche

o Mittelstrecke

- 800 m (bis S10)
- 1.000 m (ab S11)
- *Hochstart („Auf die Plätze, los“)*
- *Gruppenlauf (max.15 Sportler) auf 400m Stadionrunde*

o 10-er Sprungschritte

- *Ausgangsstellung = Schrittstellung*
- *wechselseitiges Springen gefordert*
- *Landung nach 10. Sprung erfolgt beidbeinig*
- *Wertung im Verhältnis zur Körpergröße*
- 2 Versuche

ATHLETIK für Langlauf / Biathlon / Alpin

o Seilspringen

- *Anzahl der Durchschläge in 1 min*
- 1 Versuch

o Medizinballstoßen

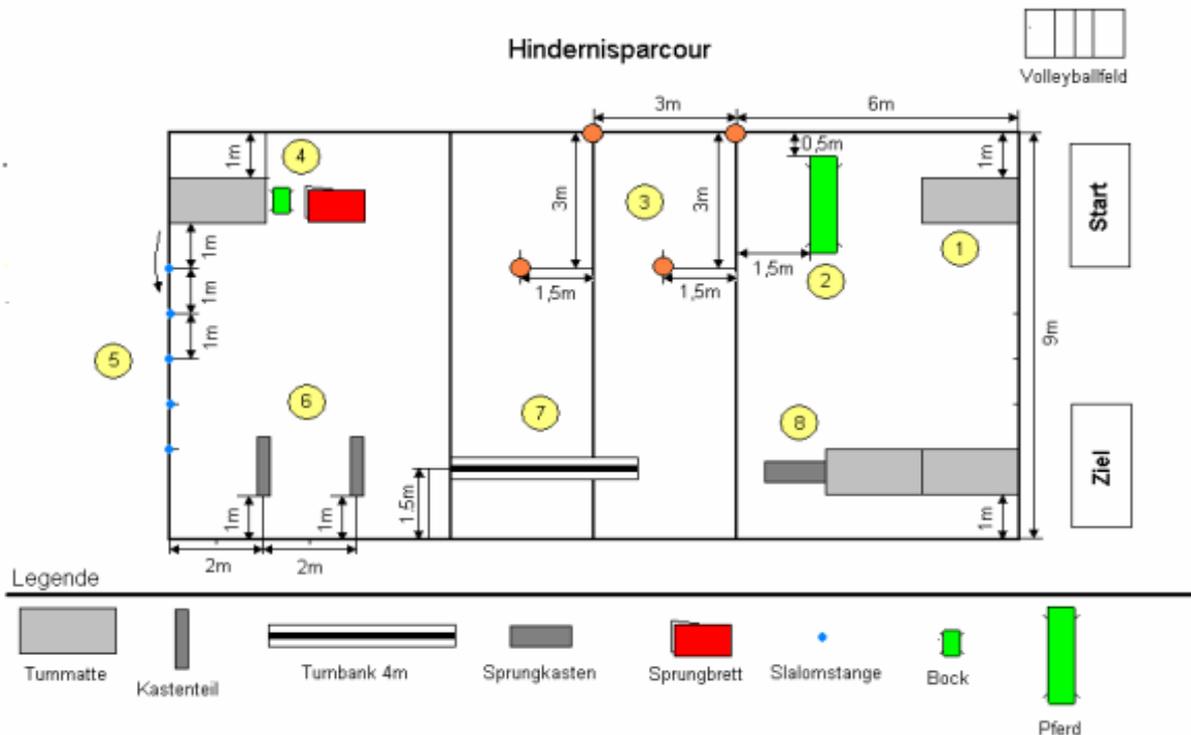
- 1 kg (bis S11) ; 2 kg (S12 – S14) ; 3 kg (ab S15)
- *Medizinball wird beidhändig vom Körper nach vorn gestoßen*
- *Abstoßlinie darf während des gesamten Bewegungsablaufes nicht übertreten werden*
- 2 Versuche

o Hindernisparcours

- Aufbau innerhalb eines Volleyballfeldes (siehe Grafik)
- Zeitnahme erfolgt nach Überquerung der Grundlinie
- 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)



O Rumpfkraft

- lt. DSV-Athletik -Test (August 2015)
- max. 6min

o Rollschlitten

- 1 Min. (bis U11); 2 Min. (ab U12)
- Bewegungsbeginn mit gestreckten Armen, Zug bis die Hände sich leicht am Rücken berühren beim Rückrollen ist Bremsen erlaubt
- 1 Versuch
- 9. Sprosse (bis U11) ; 10. Sprosse (U12 – U13) ; 11. Sprosse (U14 + U15w) ; 12. Sprosse (U15m + U16-U18)

o Balance

- Von der Ausgangsstellung auf dem Hocker eine möglichst lange Strecke balancieren
- Slackline 0,50 m über dem Boden gespannt Spannweite (6-8m) , Markierungen alle 0,5m
- 1 Versuch

ATHLETIK für Sprung

o Seilspringen

- Anzahl der Durchschläge in 1 min
- 1 Versuch

o Hindernisparcours

- Aufbau innerhalb eines Volleyballfeldes (siehe Grafik und Erklärung in Athletik Langlauf/Biathlon/Alpin)
- Zeitnahme erfolgt nach Überquerung der Grundlinie
- 1 Versuch

o Standweitsprung

- gewertet wird die Differenz zwischen Weite und Körpergröße
- Absprung und Landung müssen beidbeinig erfolgen
- 2 Versuche

o Treibhöhe

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

o Balance

- Von der Ausgangsstellung auf dem Hocker eine möglichst lange Strecke balancieren
- Slackline 0,50 m über dem Boden gespannt Spannweite (6-8m) , Markierungen alle 0,5m
- 1 Versuch

o Beweglichkeit

- Die Testperson steht auf einer Langbank oder einem extra angefertigten Holzkasten. Sie beugt den Oberkörper langsam nach vorn ab und die Hände werden parallel einer Zentimeterskala, möglichst weit nach unten geführt.
- Die Beine sind parallel und gestreckt.
- Die maximal erreichte Dehnposition ist zwei Sekunden lang zu halten.
- Der Skalenwert wird an dem tiefsten Punkt, den die Fingerspitzen berühren, abgelesen.
- 2 Versuche

Teilnahmebedingungen:

Mit meiner Teilnahme erkenne ich den Haftungsausschluss der Veranstalter für Schäden jeder Art an. Ich werde weder gegen die Veranstalter noch gegen Sponsoren oder deren Vertreter Ansprüche wegen Schäden und Verletzungen jeder Art geltend machen, die mir durch meine Teilnahme an dieser Veranstaltung entstehen können. Ich erkläre, dass ich für die Teilnahme an diesem Wettbewerb ausreichend trainiert habe und körperlich gesund bin. Ich bin damit einverstanden, dass die in meiner Anmeldung genannten Daten, die von mir im Zusammenhang mit meiner an diesem Lauf gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews etc. ohne Vergütungsansprüche meinerseits genutzt werden dürfen. Ich bestätige ausdrücklich die Richtigkeit aller von mir angegebenen Daten und versichere meine Startnummer an keine andere Person weiterzugeben.

Haftung und Versicherung für DSV- Mitglieder:

1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer (DSV):

Der Veranstalter und der ausrichtende Verein übernehmen keine Haftung für Schäden aller Art bei Teilnehmern, Funktionären und Zuschauern. Auf die Versicherungspflicht der Teilnehmer durch die Vereine wird hingewiesen. 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 und Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen, die Schwierigkeit der Strecke 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. Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.

2. Verschulden des Organizers 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 grober Fahrlässigkeit haften. Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit, sich 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.

Wir wünschen allen Vereinen eine erfolgreiche Vorbereitung der Saison und eine gute Anreise.