



Einladung und Ausschreibung alternativer Chiemgau-Hallencup

TSV Waging am See

12. Februar 2011

Schulturnhalle Waging, 14.00 Uhr

Altersklassen: Schüler/innen C (Jg. 2000/2001), Schüler/innen D (bis Jg. 2002)

Mannschaften: 4-7 Teilnehmer, männlich/weiblich gemischt (Zusammensetzung egal!!)

Jeder Verein stellt pro Mannschaft einen Helfer (Mannschaftsführer, Schreiber)

Die Mannschaften können sich auch erfundene Namen geben, darin soll aber der Ortsname enthalten sein!

Mannschaften können auch vereinsübergreifend gebildet werden; auch kurzfristig am Wettkampftag!

Wertung: Cupwertung (d.h. bei 10 Mannschaften Platz 1 10 Punkte, Platz 2 9 Punkte usw. pro Disziplin)

Startgebühr: 15,- € pro Mannschaft

Auszeichnungen: Meisterschaftswimpel für siegreiche Mannschaften; Medaillen Platz 1-3, Urkunden für alle Teilnehmer!

Meldungen bis Donnerstag, 10 Februar mit Mannschaftsname, Altersklasse und Namen der einzelnen Athleten an Simon Geierstanger, Fax: 08681/9410, eMail: geierstanger@t-online.de; Rückfragen 08681/9410 o. 0176/25500812

Bitte um Beachtung: Nicht Parkplatz EDEKA benutzen, sondern Parkplätze Wilhelm-Scharnow-Straße 100m ortseinwärts!

Wettbewerbe:

Block Lauf (große Halle):

Hindernisstafel (4 Teilnehmer pro Mannschaft)
Wendestafel; Slalom und Bananenkartons

Biathlonstafel (4 Teilnehmer pro Mannschaft)
Wendestafel; mit fünf Bällen müssen drei Hütchen abgeworfen werden, Strafsekunden für nicht abgeworfene Hütchen!

Hindernisparcours (4-7 Teilnehmer pro Mannschaft, die vier besten Zeiten werden addiert)
auch mit turnerischen Elementen (Rolle vorwärts, Stütz im Barren)

Block Sprung (große Halle):

Hoch-/Weitsprung (4-7 Teilnehmer pro Mannschaft, die vier besten Leistungen werden addiert)
Beschreibung: einbeiniger Sprung aus frontalem Anlauf (Landing mit dem anderen Bein) über Schaumstoffteile (1. Versuch 1 Teil, 2. Versuch 2 Teile usw. bis 5 Teile), 1 Punkt je übersprungenes Teil;

Jump and Reach (4-7 Teilnehmer pro Mannschaft, die vier besten Höhen werden addiert)
Beschreibung: Athleten stellen sich mit gestrecktem Arm an die Wand, springen aus dem Stand so hoch sie können; Differenz (Adruck Hand vorher-nachher) wird gemessen; pro Athlet drei Versuche

Seilsprungstafel (4 Teilnehmer pro Mannschaft)
Beschreibung: auf Zeit, Wechsel nach 20 Sprüngen je Teilnehmer

Block Wurf (kleine Halle):

Fahrradreifenzielwurf (4-7 Teilnehmer pro Mannschaft, die vier besten Punkte werden addiert)
(Abwurf seitlich wie Diskuswurf)

Medizinballhochweitstoß (4-7 Teilnehmer, die vier besten Leistungen werden addiert)
Beschreibung: Einarmiger Stoß (Schüler C 1,5 kg, Schüler D 0,8 kg) über Hochsprunglatte aus fünf verschiedenen Entfernungen, Punkte (1-5) je nach weitestem gültigen Versuch (Wurf über Latte!)

Treibball (4 Teilnehmer pro Mannschaft)
Beschreibung: Medizinball (1,5 kg) wird in Lücke zwischen zwei nebeneinander gestellten Langbänken gelegt und muss mit kleineren Bällen von einem Ende ans andere „getrieben“ werden; benötigte Zeit wird gemessen

Ablauf: die Mannschaftsführer führen ihre Mannschaften zu den einzelnen Stationen; die Laufstafeln werden gegen eine andere Mannschaft bestritten; Hindernisparcours am Ende der Veranstaltung jeweils zwei Athleten gegeneinander.
Veranstaltungsdauer ca. 14.00 – 17.00 Uhr; Siegerehrung ca. 17.30 Uhr

