



# Hinweise

## Hallensportfest

am 15.02.2025

<b><u>Altersklasseneinteilung:</u></b>	AK 07	Jg. 2018	
	AK 08	Jg. 2017	Staffel (U 10)
	AK 09	Jg. 2016	
<hr/>			
	AK 10	Jg. 2015	
	AK 11	Jg. 2014	Staffel (U 12)
<hr/>			
	AK 12	Jg. 2013	
	AK 13	Jg. 2012	Staffel (U 14)
<hr/>			

**Sprint**                    2 x 30 m  
beide Zeiten werden addiert  
die 5 Zeitschnellsten bestreiten anschließend einen Finallauf  
sind nur 5 oder weniger Sportler in der AK gemeldet, entfällt der Finallauf  
(Sieger wird aus der Addition der zwei Läufe ermittelt)  
Hochstart bzw. Kauerstart für alle Altersklassen

**Dreierhop**                    3 Versuche

<b><u>Hochsprung</u></b>	Einstiegshöhen		(danach Steigerung um je 5 cm)
	AK 10 w	0,85 m	AK 10 m      0,90 m
	AK 11 w	0,85 m	AK 11 m      0,90 m
	AK 12 w	0,90 m	AK 12 m      0,95 m
	AK 13 w	0,90 m	AK 13 m      0,95 m

**Medizinballstoßen**        3 Versuche  
AK 07-09                    1 kg  
AK 10-11                    2 kg

**Kugelstoß**                    3 Versuche  
AK 12-13                    3 kg

**Staffel**                        4 x 1 Runde  
U10: AK 7/8/9 gemischt      U12: AK 10/11 gemischt      U14: AK 12/13 gemischt  
Jungen und Mädchen getrennt  
bei gemischter Staffel (m/w) erfolgt Wertung bei den Jungen

**Rundenläufe**                AK 07                    4 Runden  
AK 08                    4 Runden  
AK 09                    4 Runden  
AK 10                    6 Runden  
AK 11                    6 Runden  
AK 12                    6 Runden  
AK 13                    6 Runden