Beschreibung Werfer-Dreikampf der Altersklassen U10/U12

Die Wettbewerbe der U10/U12 werden nach DLO, Anhang 5 ausgerichtet. Beim Kugelstoßen der U12 stoßen die Sportler/innen AK10 mit 1,5 kg und AK11 mit 2 kg nach den Wettkampfregeln der IWR. Das Medizinballstoßen der U10 erfolgt beidarmig frontal mit einem 1kg-Medizinball aus dem Stand oder aus dem frontalen 3er-Rhythmus. Der Schlagwurf mit Nerf-Heulern erfolgt wie beim Speerwurf. Der Tennisring beim Drehwurf der U12 wird aus dem Kugelstoßring in der Drehbewegung wie beim Diskuswurf aus dem Stand oder einer Drehung geworfen. Der Tennisring sollte möglichst wie ein Diskus gehalten werden. Zulässig ist aber auch, den Tennisring mit der Hand von innen zu greifen. Der Fahrradreifen beim Drehwurf der U10 wird von der Ballwurfabwurflinie aus dem Stand oder aus der Drehung geworfen. Der Fahrradreifen wird mit einer Hand von innen gehalten. Es wird empfohlen, dass die Sportler/innen den Reifen mit einem ausgestrecktem Arm halten, den Körper drehen und im richtigen Moment den Reifen abwerfen.

Die Messung beim Schlag- und Drehwurf erfolgt wie beim Schlagball abgerundet auf halbe Meter senkrecht zu einem in der Mitte ausgelegtem Bandmaß. Jeder hat 3 Versuche pro Disziplin. Die Teilnehmer/innen verbleiben während der Mehrkämpfe in Riegen.

Es wird eine Rangfolge durch Punktewertung nach der angepassten nationalen Punktetabelle durch Addition der Punkte des besten Ergebnisses pro Disziplin gebildet. Die Wertung erfolgt separat nach Jahrgang und Geschlecht.

Verschiedene Wurf- und Stoßarten

Werfen in der Leichtathletik ist sehr vielfältig mit den Disziplinen Kugelstoßen, Schlagball-/Ball-, Speer-, Diskus- und Hammerwerfen. Hinzu kommt der Schleuderball beim Sportabzeichen oder die Disziplinen Gewichtwerfen und Steinstoßen beim Rasenkraftsport.

Ungewöhnliche Wurfdisziplinen pflegen die Schotten bei den Highland Games.

Auch hier gibt es das Steinstoßen (mit einem Feldstein) und Gewicht- und Hammerwerfen, der Hammer besteht aus einer Stange mit einer Kugel. Selbst Baumstämme werden bei den Schotten geworfen.

Beschreibung Werfer-Schnuppertag Altersklassen U8/U10

Na ja, Baumstämme sollen beim Schnuppertag unsern jüngsten Sportler/innen nicht geworfen werden. Aber die Kinder sollen unterschiedliche Wurfgeräte ausprobieren und diese in unterschiedlicher Art und Weise werfen. Die Kinder der U10 können aber alternativ bereits am Werfer-Dreikampf (s. oben) teilnehmen.

- **Geräte:** Heuler, Softspeer, Hütchen, Fahrradreifen, Tennisringe, Medizinball, kleine Softkugel
- **Art und Weise:** mit Schlagwurf oder Drehwurf werfen, auf Gegenstände zielen, Geräte stoßen
- **Wettspiele:** zwischen den Wurfübungen: Laufen und Werfen in kleinen Mannschaftswettbewerben

Dieser Schnuppertag ist **kein Wettkampf**, sondern es werden zwischen den Wurfübungen immer wieder Wettspiele mit Werfen und Laufen durchgeführt. Jeder erhält zum Abschluss eine Teilnehmerurkunde.

DJK Aschaffenburg

3. Aschaffenburger Werfertag und
3. Herbstsportfest krumme Mittelstrecken

mit offenen unterfränkischen Meisterschaften 2000m / 3000m / 5000m

am Samstag, den 12. Oktober 2019

im Sportzentrum der DJK Aschaffenburg

63741 Aschaffenburg, Kleine Schönbuschallee 130

Ausschreibung

Die Veranstaltung ist offen für Bayern sowie benachbarte Landesverbände und wird nach den Bestimmungen der IWR und der DLO des DLV unter amtlicher Aufsicht durchgeführt.

Es erfolgt **elektronische Zeitmessung**. Das Stadion ist auf ganzer Fläche mit Kunststoff ausgelegt, es dürfen Dornen mit max. 6 mm Länge benutzt werden.

Es wird keinerlei Haftung für Schadensfälle übernommen.

Überblick Altersklassen und Disziplinen

Aschaffenburger Werfertag

U8/U10:	**Werfer-Schnuppertag:** Werfen und Stoßen mit verschiedenen Geräten ohne Wettkampf
M/W 8/9:	**Werfer-Dreikampf:** Medizinballstoßen (1 kg), Schlagwurf (Nerf-Heuler), Drehwurf (Fahrradreifen)
M/W 10:	**Werfer-Dreikampf:** Kugel (1,5 kg), Schlagwurf (Nerf-Heuler), Drehwurf (Tennisring)
M/W 11:	**Werfer-Dreikampf:** Kugel (2 kg), Schlagwurf (Nerf-Heuler), Drehwurf (Tennisring)
M/W 12 - Sen.:	Hammer, Diskus, Speer, Kugel

Bitte beachten: Diskus kann auf der Diskus-Anlage nur bis 55 m geworfen werden.

Herbstsportfest krumme Mittelstrecken

M/W 6/7/8/9:	600 m
M/W 10/11:	800 m
M/W 12/13:	1000 m
M/W 14 - Sen.:	600 m, 1000 m, 1 Meile

Bitte beachten: Die Läufe der M/W 6 - 13 werden getrennt nach Alter und Geschlecht gelaufen. Die Laufeinteilung der Läufe ab AK14 und älter erfolgt ohne Beachtung von Altersklasse und Geschlecht nach der Meldezeit 600m/800m, 800m/1000m, 1500m/1 Meile, 2000m/3000m. Bitte reale Bestleistungen bei der Meldung angeben! Ohne Angabe erfolgt die Einteilung in die langsamsten Läufe. Bei 600 m ab AK14 werden die ersten 100 m in Bahnen gelaufen. **Stellplatzkarten mit den Meldezeiten sind 50 min vor dem ersten Start der Strecke im Wettkampfbüro abzugeben.**

Offene unterfränkische Meisterschaften 2000 m / 3000 m / 5000 m

2000 m:	**UM:** M12, M13 / W12, W13, W14, W15
3000 m:	**UM:** M14, M15, MJU18 / WJU18
5000 m:	**UM:** MJU20, Männer / WJU20, Frauen; **RW:** M35 u.ä. / W35 u.ä.

Bitte beachten: Sollten aufgrund der Meldezahl über 5000 m mehrere Läufe erforderlich sein, wird der schnellere Lauf zuerst gestartet. **Stellplatzkarten mit den Meldezeiten sind 50 min vor dem Start im Wettkampfbüro abzugeben.**

Meldungen

Online/Email:	**Online** bis Mittwoch, den 09.10.2019 über **http://ladv.de/ausschreibung/detail/21394/** Die Nutzung des Meldeportals 'ladv.de' ist **kostenlos** für jeden Verein. Oder Meldung per **Email:** la-meldung@djk-ab.de
Post:	in Ausnahmefällen **per Post:** bis Montag, den 07.10.2019: DJK Aschaffenburg, Abteilung Leichtathletik, Kleine Schönbuschallee 130
Nachmeldung:	Nachmeldungen sind am Wettkampftag **vor Ort bis eine Stunde vor Beginn** der Disziplin möglich (zusätzlicher Organisationsbeitrag).

Bitte überprüfen Sie bei der Abholung der Startunterlagen diese auf Vollständigkeit, korrekte Schreibweise und die gemeldeten Disziplinen, da an den Wettkampfstätten keine Änderungen oder Ergänzungen möglich sind!

Teilnahmebeschränkungen

Gemäß der aktuellen DLO dürfen Jugendliche U14 und U16 bei derselben Veranstaltung pro Tag in den Wettbewerben 600 m, 1000 m, 1 Meile oder 2000/3000/5000m nur an **einem** Wettbewerb und nur in **einer** Altersklasse teilnehmen (§8, Abs. 8.3).

Bemerkungen zum Werfer-Dreikampf U10/U12 und Werfer-Schnuppertag U8/U10

Auf der Rückseite der Ausschreibung wird der Werfer-Dreikampf der U10/U12 und der Werfer-Schnuppertag der U8/U10 beschrieben. **Der U8/U10-Schnuppertag ist kein Wettkampf.** Die Kinder sollen an das Werfen mit verschiedenen Geräten herangeführt werden.

Stellplatz

Läufe:	**Stellplatzkarten** für Läufe **spätestens 50 min vor Start** im Wettkampfbüro abgeben.
Werfen:	Stellplatz für die technischen Disziplinen ist **15 min** vor Beginn an der **Wettkampfstätte**.
U8/U10:	Stellplatz Werfer-**Schnuppertag**-Teilnehmer ist **11:45** auf dem Platz vor dem Wettkampfbüro
U10:	Stellplatz Werfer-**Dreikampf**-Teilnehmer ist **9:40** an der Ballwurf-/Nerf-Heuler-Anlage
U12:	Stellplatz Werfer-**Dreikampf**-Teilnehmer ist **9:40** an der Kugelstoßanlage

Organisationsbeitrag

Einzel:	***U8 - U16:*** 3,00 €; ***U18/U20:*** 4,00 €; ***M/F/Sen:*** 5,00 €
Mehrkampf	***U10-/U12-Werfer-Dreikampf:*** 4,50 €
Nachmeldungen:	zusätzlich 2,50 € pro Teilnehmer
Werfer-Schnuppertag:	**U8/U10:** 3,00 €, Anmeldung per Email unter la-meldung@djk-ab.de oder vor Ort bis 11:30 Uhr, keine Nachmeldegebühr

Datenschutz

Der DJK Aschaffenburg lag und liegt die Privatsphäre der Teilnehmer und der Datenschutz schon immer am Herzen.

Wir erfassen und verarbeiten grundsätzlich nur persönliche Daten, die zwingend notwendig zur Abwicklung des Wettkampfes sind. Dazu gehören die Teilnehmerdaten: Name, Vorname, Geschlecht, Geburtsjahr, Vereinszugehörigkeit, Verbandszugehörigkeit, Startrechtnummer, Startnummer, die gemeldeten Disziplinen, erreichte End- und Zwischenergebnisse und die Platzierungen in den einzelnen Runden. **Die Daten werden elektronisch erfasst und verarbeitet und bei der Meldung und in Ergebnislisten im Internet und in der Presse veröffentlicht. Die Ergebnisdaten werden an Bestenlistensyteme der Verbände übertragen.**

Zeitplan Aschaffenburger Werfertag (Änderungen vorbehalten)

10:00	**Werfer-Dreikampf M/W 8/9:** Med.Ball (1 kg), Schlagwurf (Nerf-Heuler), Drehwurf (Fahrradreifen) **Werfer-Dreikampf M/W 10:** Kugel (1,5 kg), Schlagwurf (Nerf-Heuler), Drehwurf (Tennisring) **Werfer-Dreikampf M/W 11:** Kugel (2 kg), Schlagwurf (Nerf-Heuler), Drehwurf (Tennisring)
12:00 - ca. 13:45	**Werfer-Schnuppertag U8/U10:** Spielerisches Werfen und Stoßen unter sportfachlicher Anleitung mit unterschiedlichen Geräten: Heuler, Softspeer, Tennisring, Fahrradreifen, Hütchen, Medizinball, kleine Softkugel (1 kg) --> **Lernen des Umgangs mit verschiedenen Geräten, kein Wettkampf**

	Hammer	Kugel	Diskus	Speer
12:15	Gruppe 1	Gruppe 1	Gruppe 1: < 18 m	Gruppe 1: 20 m - 35 m
13:30	Gruppe 2	Gruppe 2	Gruppe 2: 18 m - 28 m	Gruppe 2: > 35 m
14:45	----------	Gruppe 3	Gruppe 3: > 28 m	Gruppe 3: < 20 m
16:00	----------	Gruppe 4	----------	----------

Bitte beachten: Diskus kann auf der Diskus-Anlage nur bis 55 m geworfen werden!

Die **Einteilung** der Gruppen erfolgt nach **Meldeleistungen**. Die oben angegebenen Weiten sind Richtwerte für die Einteilung. In den Gruppen sollen die Teilnehmerzahlen möglichst gleichmäßig verteilt werden. Die Einteilung nach Weiten soll bei Diskus/Speer einen möglichst reibungslosen Messvorgang gewährleisten. Für individuelle Wünsche sind wir, wenn möglich, aber offen. Die Teilnehmerlisten mit Anfangszeiten werden unter **http://www.djk-aschaffenburg.de/leichtathletik/** veröffentlicht.

Zeitplan Herbstsportfest krumme Mittelstrecken (Änderungen vorbehalten)

Ab den Altersklassen U16 und älter werden die Läufe nur nach Meldezeiten ohne Beachtung von Altersklasse und Geschlecht zusammengestellt (gelb). **Bitte unbedingt reale Bestzeiten bei der Meldung angeben!**

10:45	**600m** U16 u. älter (Start in Bahnen)	13:00	**1000 m** M/W 12/13 (nach AK und Geschlecht)
11:25	**600m** M/W 6/7 (nach AK und Geschlecht)	13:30	**1000 m** U16 u. älter
12:20	**600m** M/W 8/9 (nach AK und Geschlecht)	14:30	**1 Meile** U16 u. älter
12:30	**800m** M/W 10/11 (nach AK und Geschlecht)		

Zeitplan offene unterfränkische Meisterschaften (Änderungen vorbehalten)

15:15	**2000 m UM:** W12, W13, W14, W15	16:15	**5000 m UM:** MJU20, Männer / WJU20, Frauen **RM:** M35 u.ä. / W35 u.ä.
15:30	**2000 m UM:** M12, M13		
15:50	**3000 m UM:** M14, M15, MJU18 / WJU18	danach	**5000 m RM:** zweiter langsamerer Lauf

Der zweite 5000m-Lauf findet nur bei hoher Teilnehmerzahl statt.

Auszeichnungen

Werfer-Schnuppertag U8/U10:	Alle Teilnehmer/innen erhalten eine **Teilnehmerurkunde direkt vor Ort**
Unterfränk. Meisterschaften	**Siegerehrung** im Anschluss an die Läufe: Urkunden bis Platz acht
Andere:	**Vor Ort keine Urkunden** - Teilnehmer aus dem LA-Kreis Bay. Untermain erhalten Urkunden zeitnah über die Vereine. Für überregionale Teilnehmer besteht die Möglichkeit, sich Urkunden zuschicken zu lassen. Bitte dann im Wettkampfbüro Briefumschläge adressieren (Porto und Bearbeitung 2,00 €).

Verpflegung

Für Speisen und Getränke wird ausreichend gesorgt.

Anreise

Eine Anreise per PKW ist **nur** über eine Zufahrt vom **Auweg** aus möglich (Abbiegung an Ampel von der **Darmstädter Straße**). Die Kleine Schönbuschallee ist ein **Fußweg**. Eine Wegbeschreibung auch für öffentliche Verkehrsmittel finden Sie unter: **http://www.djk-aschaffenburg.de/52-0-Anreise.html** .

Sportärztliche Untersuchung

Jeder teilnehmende Verein bestätigt mit Abgabe der Meldung, dass die gemeldeten Teilnehmer gesundheitlich in der Lage sind, den Anforderungen eines Wettkampfes gerecht zu werden. Jeder gemeldete Teilnehmer bzw. die Personensorgeberechtigten hat/haben laut DLO §5 Abs. 5.1.1.6 bzw. 5.1.2.6 für eine angemessene sportärztliche Untersuchung selbst Sorge zu tragen. Eine sportärztliche Untersuchung sollte nicht älter als ein Jahr sein.

Weitere Informationen, Zeitpläne und Ergebnisse

Weitere Informationen finden Sie unter **http://www.djk-aschaffenburg.de/leichtathletik/**