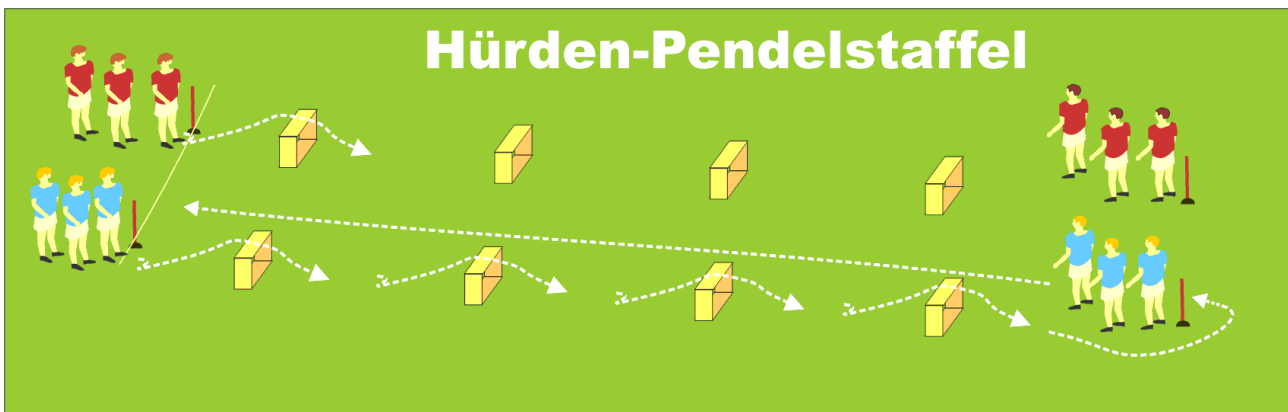


## Die Wettbewerbe des Sommer-KIDS-Cups 2018 im Detail

### 1. Hürden-Pendelstaffel über 4-5 flache Hürden

- U8 => 30m - 4 Kinderhürden - Anlauf 7,5m - Abstände 5m – Handschlag, 3 Min.
- U10 => 40m - 5 Kinderhürden - Anlauf 9m - Abstände 5,5m – Stabübergabe, 3 Min.
- U12 => 50m – 5 Hürden – Anlauf 12m – Abstände 6m – Stabübergabe  
(jeweils leichte Abweichungen möglich)



Jedes Kind läuft eine Gerade flach oder über die Hürden, dann um die Malstange herum und schlägt das nächste Kind ab (U8) bzw. übergibt Stab (U10 + U12)

Wertung: 1 Punkt pro korrekt überlaufen oder vorbeigelaufener Hürde + 1 Punkt für korrekten Wechsel bzw. das Umlaufen der Malstange

### 2. Heulerweitwurf

Alle Kinder haben zweimal 2 Würfe hintereinander

Je Kind 4 Versuche, Wertung der 3 besten Würfe von den 6 besten Kindern

- U8 => Mini-Heuler 58g, Standwurf ab Wurflinie
- U10 => Vortex-Heuler 130g, 3m Anlauf (Malstange von Wurflinie 3m entfernt)





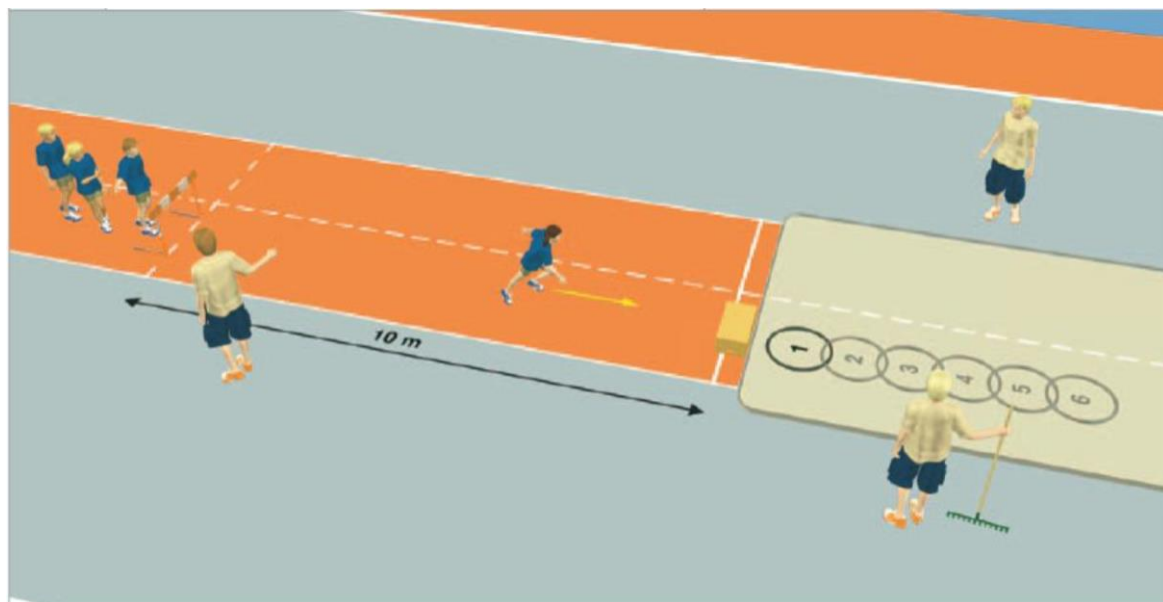
Mini-Heuler



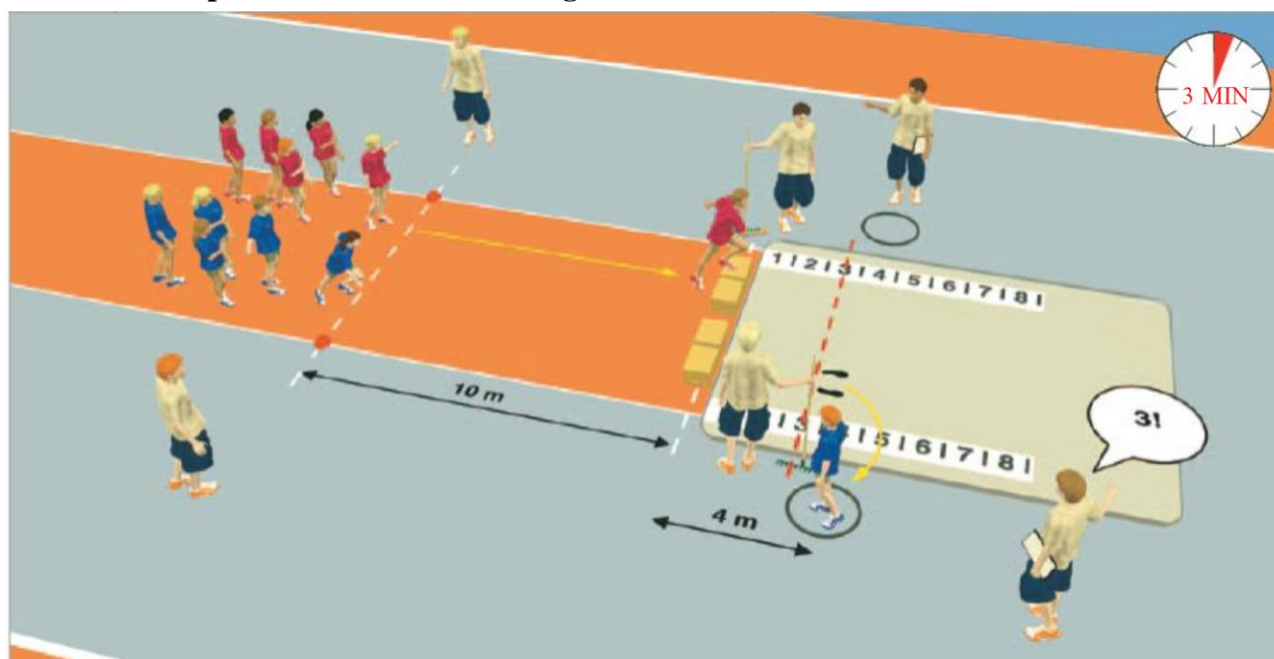
Vortex-Heuler

### 3. Zielweitsprung, Weitsprung-Staffel oder Fünfsprung

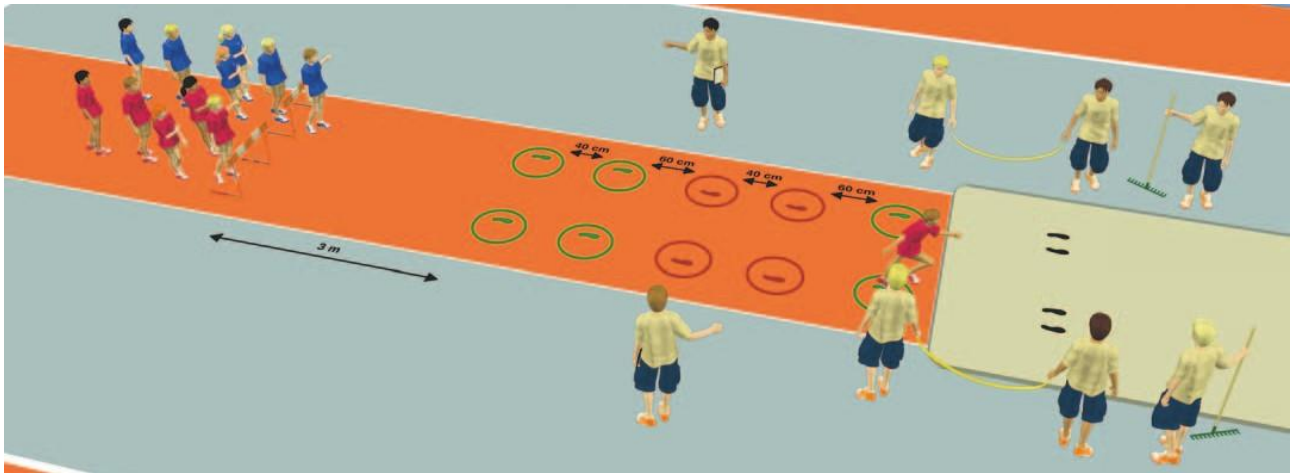
- U8 => Zielweitsprung: Anlauf 10m, Sprung über Hindernis – Landung im Reifen, 1 Punkt für jeden erfolgreichen Versuch pro Reifen, 2 Versuche pro Reifenweite



- U10 => Weitsprung-Staffel: Anlauf 10m, Sprung über Hindernis, 3Min- Staffel, Summe der Zonenpunkte bilden das Teamergebnis

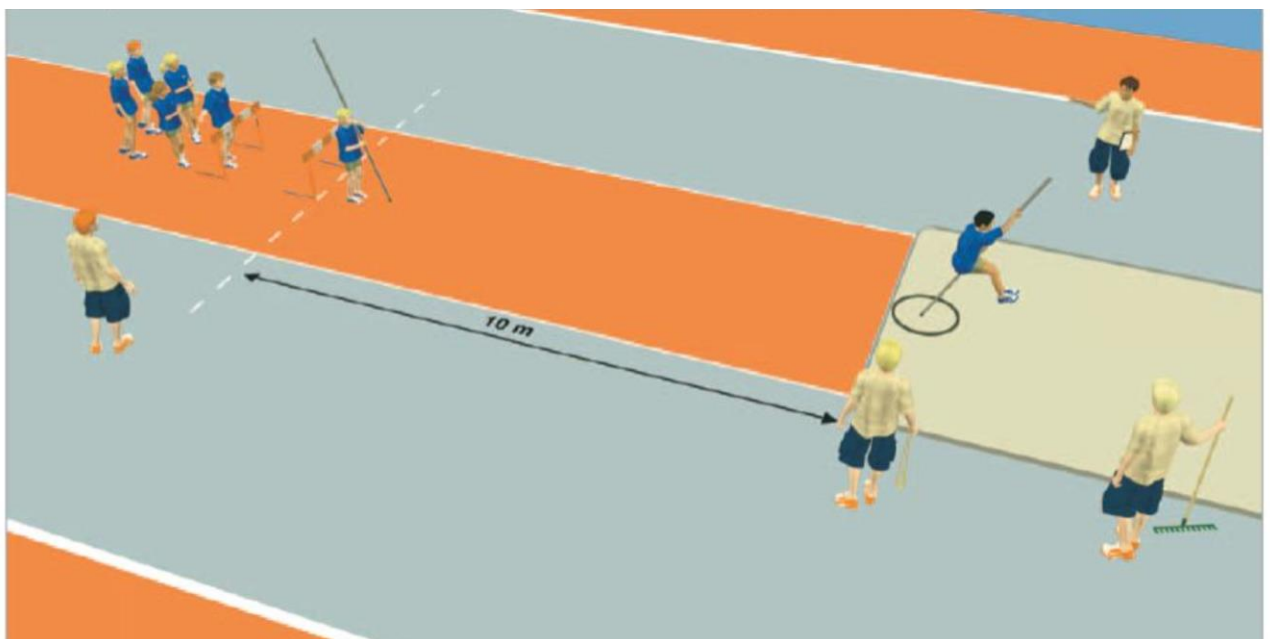


- **U12 => Fünfsprung:re-re-li-li-re (oder umgekehrt) - 3m Anlauf – Weitenmessung ab letztem Reifen – 4 Durchgänge, die 3 besten Sprünge der 6 besten Kinder zählen (werden addiert)**



Abstände 40cm (gleicher Fuß) bzw. 60cm für Fußwechsel

- **U12 => Stabweitsprung: 10m Anlauf, Messung von Einstichstelle bis letzten Körperabdruck, Einstich muss in Reifen erfolgen!**



## 4. Drehwurf

Alle Kinder haben zweimal 2 Würfe hintereinander, Wertung der 3 besten Würfe von den 6 besten Kindern

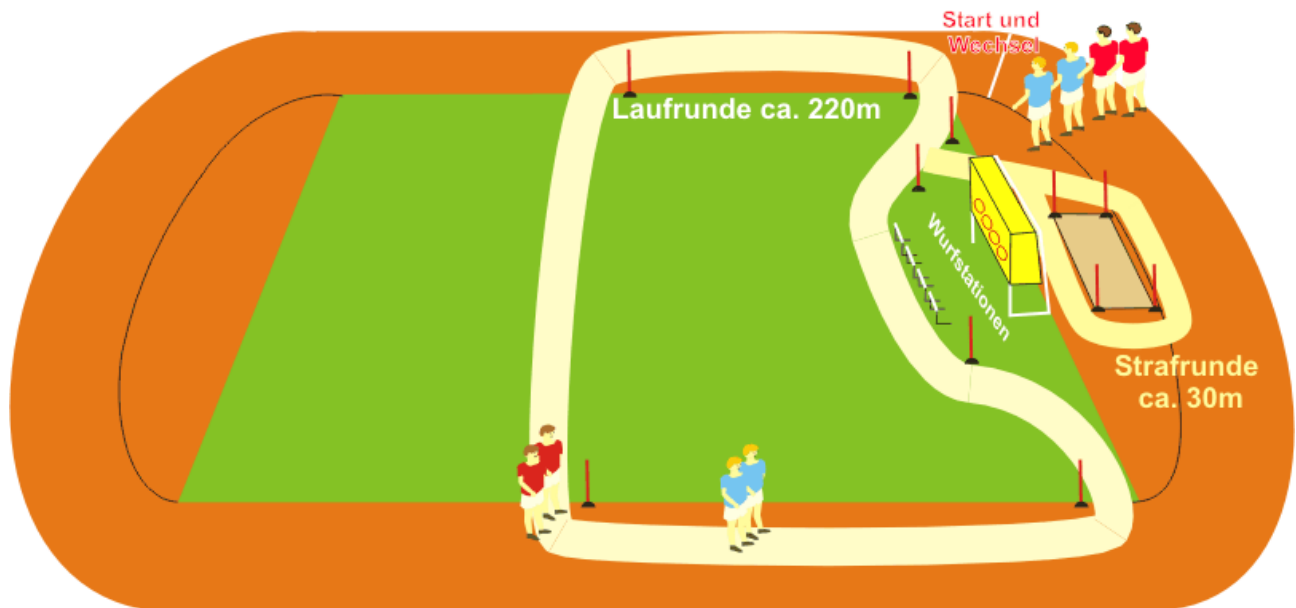
- U10 => Drehwurf mit Tauchringen – Zonen à 1m – max. 1/1-Drehung in 2m-Zone
- U12 => Drehwurf mit Fahrradmänteln, – Zonen à 1m – freie Ausführung in 2,50m-Zone



Wurfbereich muss wieder nach hinten verlassen werden!

## 5. Biathlon-Staffel mit Zielwürfen, Dauer 15 Min.

- U8, U10, U12 => ca. 200m-Rundkurs – ca. 20m Strafrunde



Aufbau ähnlich, jedes Kind je Team läuft eine Runde in einer Endlosstaffel über 15min.; je Laufstrecke 3-6 Zielwürfe (6 Bälle für 3 Treffer), geworfen wird mit Tennisbällen, Wurfentfernung je nach Altersklasse ca. 3 - 4 - 5m. **1-3 Strafrunden bei fehlenden Treffern**

Der Wechsel erfolgt jeweils nach einer Laufstrecke und den evtl. erforderlichen Strafrunden im Start-Ziel-Bereich.

### Zum Gesamtablauf:

Bei den Disziplinen 1 - 4 starten jeweils 2 Teams je Übung gegeneinander gleichzeitig; danach erfolgt in Ruhe Disziplinwechsel in Zirkelform.

Bei mehr als 8 Teams in der Altersklasse folgt aber zunächst ein Wechsel zu den Teams, die zu Beginn pausiert haben - danach erst der Wechsel zur nächsten Station.

Nach diesen 4 (evtl. doppelten) Durchgängen treten alle Teams im Biathlon gegeneinander an.