



**Ihr wolltet updates  
und  
Fortbildungen  
:-)**

## Wichtige Themen im Bereich Kinderleichtathletik und mehr

- Altersklassen
- Zonenweitsprung
- Schlagball >< Ballwurf
- Hochsprung
- Altersgerechte K LA Mannschaften
- Block/Mehrkampf ab U14
- Jahrgänge/Klassen/Wurfgewichte und Maße



**Sch E W/M 6/7 >>>> U8**  
**Sch D W/M 8/9 >>>> U10**  
**Sch C W/M 10/11 >>>> U12**

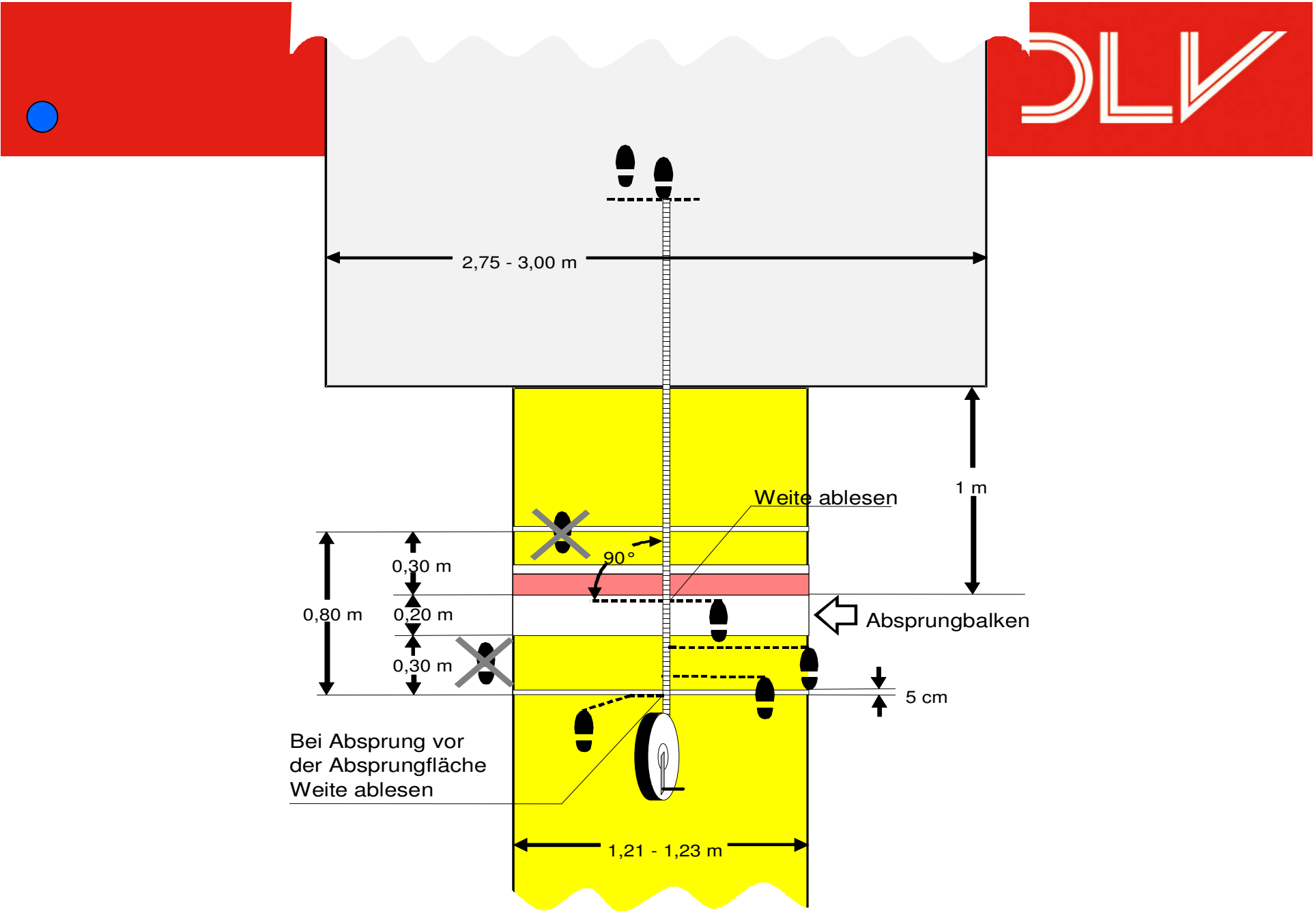
**Sch B W/M 12/13 >>>> U14**  
**Sch A W/M 14/15 >>>> U16**

**Jug B W/M 16/17 >>>> U18**  
**Jug A W/M 18/19 >>>> U20**

**Junioren W/M 20-22 >>>> U23**

## Weitsprung Zone Kinderleichtathletik

- in der altersgerechten Kinderleichtathletik haben wir die „spielerischen“ Weitsprungwettkämpfe, die auf die Schulung der Schüler/innen abzielen, um Bewegungsabläufe im Sprung zu verinnerlichen, einen Laufrhythmus zu finden etc. keine Zone, eher Ziellandung
- wo 50m, Schlagball(80g) , Weitsprung angeboten wird, springen die Schüler/innen dann aus der



## Schlagball >< Ballwurf

- es gibt nur noch in den Klassen U8-U12 den 80g Schlagball
- es wird dort keine Gerätekontrolle benötigt
- ab U14 werfen alle(w und m) mit dem 200g Ball
- hier brauchen wir eine Gerätekontrolle !!!!!

**in der Ausschreibung korrekt benennen!!**

## Hochsprung

- es gibt in den Klassen U8-U12 nur den Schersprung als Möglichkeit der Lattenüberquerung
- es muss auch so in der Ausschreibung stehen, damit alle meldenden Trainer wissen, wofür sie melden !!!!!
- Diese Maßnahme soll die Schüler/innen besser ausbilden, siehe in folgendem Film :



Stefan Holm 2.10m scissor - YouTube.flv

## Altersgerechte Kinderleichtathletik

- es können vereinsübergreifende Mannschaften gebildet werden, falls ein Verein nicht genügend Kinder zusammen bekommt
- jedes Kind nimmt an jeder Disziplin teil





- jede Mannschaft umfasst 6-11 Kinder
- es werden 2 Jahrgänge zusammen gewertet
- ab 12 Kinder werden 2 Teams gebildet
- ab 23 Kinder müssen 3 Teams gebildet werden
- bei den Staffelwettbewerben muss mindestens ein Teilnehmer des anderen Geschlechts starten

- die Schulung der Kinder unter 12 Jahren steht im Vordergrund der Idee des DLV
- bessere Grundlagentechnik wird spielerisch erarbeitet
- außerdem werden lange Wettkampftage vermieden
- der Teamgeist steigt
- der Spass ist um 100% gesteigert !!!!!!!!  
**für die Klassen U8-U12 werden  
keine Bestenlisten geführt**

## Blockwettkämpfe/Mehrkämpfe

- es gibt in der **U14 Klasse** nur noch den sogenannten Basisblock
- es wird damit beabsichtigt eine zu frühe Disziplinspezialisierung zu vermeiden
- der umfasst folgende Disziplinen:  
60mHürde, 75m, Weit, Ball(200g) und 2000m
- **U16** „normale“ Blöcke wie gehabt
- **U16 w** 7 Kampf
- **U16 m** 9 Kampf statt 8 Kampf

**Sch E W/M 6/7** >>>> **U8** für alle Schüler U8-U12 gilt:  
**Sch D W/M 8/9** >>>> **U10** Zonenweitsprung,  
 Schlagball  
**Sch C W/M 10/11** >>>> **U12** 80g, kein Wind, Schere

**Sch B W/M 12/13** >>>> **U14** nur noch **Basisblock**  
**Sch A W/M 14/15** >>>> **U16** „normale Blöcke“  
 Wind ab **U16** und **7-bzw 9-Kampf**

**Jug B W/M 16/17** >>>> **U18**  
**Jug A W/M 18/19** >>>> **U20**

**Junioren W/M 20-22** >>>> **U23**