

Hinweise

- Sprint:** AK 6/7 - Hochstart, Handzeitnahme, auf Gegengerade
AK 8/9 - Hochstart oder Tiefstart, vollelektronische Zeitmessung
ab AK 10 - Tiefstart, vollelektronische Zeitmessung
- Wenn mehr als 8 Athleten starten, finden in den AK 10 - 13 Finalläufe statt. Es qualifizieren sich die 8 Zeitschnellsten der Vorläufe für das Finale. Bei mehr als 16 Startern qualifizieren sich die nächsten 8 Zeitschnellsten für das B-Finale.
Alle anderen Läufe sind Zeitfinalläufe.
- 800 m: (und 600 m U 10)** maximal 12 Läufer/innen in einem Lauf
- Stadioncross:** ca. 300 m
Start & Ziel Mitte Gegengerade
- Hürden:** 50 m Hü: U 12 Anlauf 11 m, Abstand zwischen den Hürden 7 m
Auslauf 11 m, 5 Hürden (68 cm hoch)
- Standweitsprung:** U8 + AK 8: 3 Versuche
Absprung mit beiden Beiden
Die Zonen sind 25 cm breit. Gemessen wird der Abdruck, der am dichtesten am Absprungpunkt liegt.
- Weit:** AK 9-11 Zone, ab AK 12 - Brett
Einspringen 10 Minuten vor Wettkampfbeginn
AK 9: 3 Versuche
U 12: 3 Versuche
ab U 14: 3+3 Versuche
- Wurf:** U 10/U 12: 80 g-Schlagball, 3 Versuche
- Speer:** **alle AK: 3 Versuche**
- Kugel:** **alle AK: 3+3 Versuche**
- Medizinball-Stoßen** mit 1 kg Medizinball **U 8** 3 Versuche
Durchführung orientiert an KiLa-Disziplinenkarte "Beidarmiges Stoßen".
Stoßen frontal mit Blickrichtung Zielfeld. Die Fußzehen zeigen stets nach vorne. Von der Brust aus beidhändig und aus der parallelen Fußstellung (oder auch Schrittstellung).
Messung in Zonen: 0,5 m breit, 1. Zone = 1 Punkt, 2. Zone = 2 Punkte, ...
- Mehrkampfwertung U 8:** Ranglistenprinzip, d.h. die beste Leistung erhält 1 Punkt, die zweitbeste Leistung 2 Punkte usw., ohne Leistung = max. Punktzahl
Sieger ist der Athlet mit der geringsten Punktzahl, getrennt nach Geschlecht und Jahrgang.