

BWLA Track-Speed-Challenge (KW 21 bis 23)

Als Fortsetzung der Sprung- und der Street-Speed-Challenge wollen wir nach Rückkehr auf die Tartanbahn mit der BWLA Track-Speed-Challenge einen Schnelligkeitswettbewerb fürs Training anbieten, der den Übergang zu den hoffentlich im Juni startenden Wettkämpfen bietet.

Um alle Ergebnisse vergleichbar zu halten, verzichten wir auf den Einsatz von Lichtschranken und nutzen die gute alte Stoppuhr und das Maßband.

Zeitraum und Wettbewerbe

Kalenderwochen	Zeitraum	Wettbewerbe
21 bis 23	24. Mai bis 12. Juni 2021	Jugend (U14 bis U20): 30 Meter + 60 Meter + 5er-Sprunglauf + Kugelschossen vorwärts Kinder (AK8 bis AK11): 20 Meter + 40 Meter + Standweitsprung + Ballstoßen

Durchführungsbestimmungen

Bitte beachtet die festgelegten Durchführungsbestimmungen genau, damit wir zu ehrlichen und fairen Ergebnissen kommen:

30 Meter (Beschleunigung):

- Der Sprint beginnt aus dem Hochstart, die vordere Fußspitze direkt an der Startlinie.
- Die Zeitmessung beginnt mit dem Lösen des hinteren Fußes vom Boden und stoppt bei der Überquerung der Ziellinie mit der Brust.
- Die Zeit wird auf Zehntelsekunden gestoppt. Angezeigte Hundertstelsekunden werden auf- oder abgerundet (0 bis 4 abgerundet, 5 bis 9 aufgerundet).

Für Kinder U12 und jünger beträgt die Streckenlänge 20 Meter.

60 Meter (Beschleunigung und „fliegender“ Teil)

- Der Sprint beginnt aus dem Hochstart, die vordere Fußspitze direkt an der Startlinie.
- Die Zeitmessung beginnt mit dem Lösen des hinteren Fußes vom Boden und stoppt bei der Überquerung der Ziellinie mit der Brust.
- Die Zeit wird auf Zehntelsekunden gestoppt. Angezeigte Hundertstelsekunden werden auf- oder abgerundet (0 bis 4 abgerundet, 5 bis 9 aufgerundet).

Für Kinder U12 und jünger beträgt die Streckenlänge 40 Meter.

Leichtathletik Baden-Württemberg gGmbH

Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

Tel. +49 711 280 77 701

E-Mail info@bwlleichtathletik.de

Sitz: Stuttgart

Geschäftsführer Sven Rees

Fax +49 711 280 77-720

Internet www.bwlleichtathletik.de

Amtsgericht Stuttgart HRB 773058

5er-Sprunglauf (nur Jugend)

- Der Sprunglauf wird nach den Mehrfachsprungregeln der BWLA durchgeführt:
https://www.bwleichtathletik.de/fileadmin/BW_Leichtathletik/Wettkampf/WettkampfregeIn/Mehrfachsprung-Regeln_160112k.pdf
- Der Sprung wird aus einem individuell festgelegten Absprungraum heraus begonnen und nach dem fünften Absprung mit Landung in der Weitsprunggrube beendet. Am einfachsten vier „Landungskontakte“ auf der Bahn und die fünfte Landung in der Grube laut mitzählen (zum Beispiel: links-rechts-links-rechts-beidbeinig).
- Gemessen wird die Distanz zwischen Absprungpunkt und der ihm am nächsten liegenden Landekante (in der Regel die Ferse).
- Die Anlaufänge soll bei diesem Wettbewerb für U16 bis U20 maximal 10 Meter betragen.
- Die U14 führt den Sprunglauf ohne Anlauf aus der Schrittstellung heraus aus.

Standweitsprung (nur Kinder)

- Ausgangsstellung: beide Fußspitzen an der Grubenkante
- Beidbeiniger Absprung.
- Gemessen wird die Distanz zwischen Absprungkante und der ihr am nächsten liegenden Landekante (in der Regel die Ferse).

Kugelschocken vorwärts (nur Jugend)

- Ausgangsstellung: schulterbreiter Stand mit Blick in Wurfrichtung.
- Die Kugel wird mit gestreckten Armen vor dem Körper gehalten. Zum Schwungholen werden die Knie bis ca. 90 Grad gebeugt. Aus dieser Position wird die Kugel mit gestreckten Armen und einer explosiven Streckung der Beine nach vorne oben beschleunigt und verlässt ungefähr in Schulterhöhe die Hände. Hinterherspringen ist erlaubt.
- Jede Altersklasse verwendet das fürs Kugelstoßen vorgeschriebene Kugelgewicht.

Ballstoßen (nur Kinder)

- Ausgangsstellung: schulterbreiter Stand mit Blick in Wurfrichtung.
- Der Medizinball wird mit beiden Armen vor der Brust gehalten. Zum Schwungholen werden die Knie gebeugt. Aus dieser Position wird der Ball beidarmig nach vorne weggestoßen. Hinterherspringen ist erlaubt.
- Das Ballgewicht beträgt für die Altersklasse 10 und 11 zwei Kilogramm, für die Altersklasse 8 und 9 ein Kilogramm.

Wertungsklassen

- Kinder AK11, AK10, AK9 und AK8 (gemischte Wertung)
- Jugend U20, U18, U16, U14 (getrennt nach weiblich und männlich)

Wertung und Ehrung

- Innerhalb der jeweiligen Wertungsklasse gibt es für jede Disziplin Ranglistenpunkte. Der Teilnehmer mit der geringsten Punktesumme über alle vier Disziplinen gewinnt.
- Die drei Erstplatzierten pro Wertungsklasse erhalten kleine Sachpreise. Die Urkunden stellen wir online zum Ausdruck zur Verfügung.
- Die beiden Vereine mit den meisten Teilnehmern im Kinder- bzw. im Jugendbereich erhalten einen Gerätegutschein.
- Wir erfassen die eingeschickten Ergebnisse und werten sie altersklassenweise aus. Die Ergebnisse werden auf www.bwleichtathletik.de veröffentlicht und ergeben einen Eindruck, wo die Teilnehmer mit ihren aktuellen Werten stehen. Bitte nutzt zur Abgabe der Ergebnisse die vorbereitete Excel-Tabelle, die bis spätestens Samstag, den 12. Juni 2021 per E-Mail an hummel@bwleichtathletik.de geschickt werden muss. Für die Erfassung der Ergebnisse steht alternativ auch wieder eine Eingabemaske auf der BW-Internetseite zur Verfügung.

Leichtathletik Baden-Württemberg gGmbH

Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

Tel. +49 711 280 77 701

E-Mail info@bwleichtathletik.de

Sitz: Stuttgart

Geschäftsführer Sven Rees

Fax +49 711 280 77-720

Internet www.bwleichtathletik.de

Amtsgericht Stuttgart HRB 773058

BADISCHER
LEICHTATHLETIK-
VERBAND E.V.



Gesellschafter: Badischer Leichtathletik-Verband e.V.

Deutscher Leichtathletik-Verband e.V.

Württembergischer Leichtathletik-Verband e.V.