



USC Mainz U 10 / U12 und U14 Hallen-Sportfest



Datum: Samstag, 29.02.2020 U10 KiLa
Sonntag, 1.03.2020 U12 und U14

Ort: Leichtathletikhalle der Uni Mainz, Dahlheimer Weg 4, 55128 Mainz

Veranstalter: USC Mainz e.V. -

Beginn: Samstag, 29.02.2020: 10.00 Uhr
Sonntag, 01.03.2020: 9:30 Uhr

Wettkampfangebot:

U10 Kila: Teamwertung

40m Hindernis-Sprint-Staffel, Hoch-Weitsprung,
40m (Bestergebnis), Medizinballstoßen aus der Stoßauslage,
Gummibärchenlauf (außerhalb der Teamwertung)

Ein Team besteht aus mindestens 6 und höchstens 11 Kindern, beide Geschlechter müssen vertreten sein. Der Jahrgang 2013 darf hoch starten. Einzelstarter können auch ohne Team teilnehmen und werden einem Team zugeordnet.

ACHTUNG: keine elektronische Zeitnahme, Handstoppung beim Wettkampf U12 und 14!

U12: Einzelwertung nach Ranglistenpunkte

Vierkampf aus:

50m Sprint (Start aus dem Block),
Medizinballstoßen (1,5kg, 3er-Rhythmus, drei Versuche)
50m Hürden (Start ohne Block, 60cm Höhe, Abstand 6,50m)
Weitsprung (Zone, drei Versuche)

U14: Einzelwertung

M/W 12

60m Sprint
60m Hürden: Anlauf 11m, Abstand 7m, Hürdenhöhe 68cm
Weitsprung aus der Zone

M/W 13

60m Sprint
60m Hürden (Abstände und Höhe nach DLO)
Weitsprung (Brett)

Meldegeld: U10 Kila: 25€ pro Team (6 Teilnehmer), für zusätzliche Teilnehmer 2,50 €
U12 Vierkampf: 5€
U14 pro Disziplin: 3€



MAINZER
STADTWERKE



Kraftwerke Mainz-Wiesbaden AG

Meldeschluss: Samstag, 22.02.2020

U10 KiLa

unter Angabe von Teamnamen und namentlicher Meldung aller
Mannschaftsteilnehmer mit Jahrgang und Geschlecht an:

leichtathletik@usc-mainz.com

Eventuelle Korrekturen in der Aufstellung bis spätestens Donnerstag, 27.02.2020,
sonst 2€ Nach-/Ummeldegebühr

U12/ U14

über <https://www.LAnet2.de> oder per Mail an leichtathletik@usc-mainz.com

Anmerkung: Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Umkleiden und Duschen stehen zur Verfügung.
Der Veranstalter haftet nicht für Diebstähle und Schadensfälle aller Art.

Das Tragen von Spikes (max. 6mm Dornen) in der Halle ist möglich, nicht
jedoch im Vorraum-/Eingang-/Toilettenbereich!

Zeitplan U12/ U14

Zeit	M12	M13	W12	W13	M10/11	W10/11
9:30					50m	
10.00						50m
10.15					Weit I und II	
10.30						
10.45						Medizinball
11.00						
11.15						
11.30					50m Hürden	
11.45						50m Hürden
12.00						
12.15					Medizinball	
12.30	60m Hü					Weit I und II
12.45			60m Hü			
13.00		60m Hü				
13.15				60m Hü		
13.30	Weit I		Weit II			
13.45						
14.00		60m				
14.15				60m		
14.30						
14.45	60m	Weit I		Weit II		
15.00			60m			

