

Hallensportfest des TV Bad Säckingen 1881 e.V.
am Sonntag, den 08.02.2015
in der Badmattenhalle in Bad Säckingen

<u>Disziplinen</u>	Sprint	Sprung	Stoß	Lauf
MJ U16 Vierkampf:	30 Meter	Hoch	Kugel 4 kg	500 Meter
WJ U16 Vierkampf:	30 Meter	Hoch	Kugel 3 kg	500 Meter
M/WJ U14 Vierkampf:	30 Meter	Hoch	Kugel 3 kg	400 Meter
M/WK U12 Vierkampf:	30 Meter	Weit	Ball* 2 kg	300 Meter
M/WK U10 Vierkampf:	30 Meter	Weit	Ball* 1 kg	200 Meter

*Beim Ballstoßen gelten folgende Regeln:

Der Ball soll grundsätzlich mit einem Arm gestoßen werden, darf aber mit der anderen Hand hilfsweise gestützt werden. Der Ball sollte am Anfang in der Nähe des Halses sein und sich beim Stoß nicht unter Schulterhöhe befinden.

Siegerehrung und Urkunden im Vierkampf in den nachfolgenden Altersklassen

U16:	M/W 15	2000	M/W 14	2001
U14:	M/W 13	2002	M/W 12	2003
U12:	M/W 11	2004	M/W 10	2005
U10:	M/W 9	2006	M/W 8	2007
			M/W 7	2008 + jünger

Startgeld 5,00 € pro Teilnehmer

Meldungen: Schriftliche Meldungen auf Listen bis Dienstag, 03.02.2015
per email an info@tv-bad-saeckingen-leichtathletik.de
Nachmeldungen nur auf Anfrage möglich!

Ablaufplan (Änderungen vorbehalten)

Uhrzeit	M 12/13	M 14/15	W 12/13	W 14/15
9.30	30 Meter	Kugel 4 kg	Hoch	
	Kugel 3 kg	30 Meter		
	Hoch		30 Meter	Kugel 3 kg
			Kugel 3 kg	30 Meter
	400 Meter	500 Meter	400 Meter	500 Meter
anschließend Siegerehrung				

Uhrzeit	M 7 / 8 / 9	M 10/11	W 7 / 8 / 9	W 10/11
14.00	30 Meter		Ball 1 kg	Weit
	Weit	30 Meter		Ball 2 kg
	Ball 1 kg	Weit	30 Meter	
		Ball 2 kg	Weit	30 Meter
	200 Meter		200 Meter	
		300 Meter		300 Meter
anschließend Siegerehrung				