



Ausschreibung

15. OVAG Kinder- und Jugend Sprint Cup

(Stand: 27.04.2026)

Termin	17.06.2026
Veranstalter	TSV 1885 Friedberg-Fauerbach e.V. wettkampf@tsvff.de
Veranstaltungsort	Sportanlage Burgfeld in Friedberg
Navigation	Burgfeldstraße 5, 61169 Friedberg
Meldeschluss	10.06.2026
Teilnehmer	Teamwettkampf für Schulen (Jahrgangsstufen 1 – 6) und Vereine. Gewertet wird in den Schuljahrgängen 1 - 6
Meldungen	Per Mail an: wettkampf@tsvff.de

Bei den Meldungen bitte angeben:

Athleten:

Vorname, Nachname, Geschlecht, Geburtsjahr, Verein/Schule,
Jahrgangsstufe

Teams:

Teamname (der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt),
Team-Mitglieder

Ein Team kann aus 6 – 11 Athleten bestehen. Es darf keine reine
Jungen- bzw. Mädchen-Teams geben.

Wettbewerbe	<u>Teamwettbewerb:</u> 30m Lauf, Weitsprungstaffel, Beidarmiger Stoß, Transportlauf (<i>Die Beschreibung der Wettbewerbe ist im Anhang zu finden</i>)
--------------------	---

Meldegebühren	<hr/> Teamwettbewerb 25,00 € (pro Team) <hr/>
----------------------	--

Über die Schulen gemeldete Teams sind frei.

Neuheiten	Wie im vergangenen Jahr steht der Teamgedanke im Vordergrund. Als Team etwas erreichen, den Zusammenhalt stärken, ein WIR Gefühl schaffen. Das ist unsere Idee für diesen Tag. Auf der folgenden Seite finden Sie die Beschreibungen der Wettbewerbe. Diese Wettbewerbe stammen aus dem KiLa Katalog des hessischen Leichtathletikverbandes. (https://leichtathletiktraining.de/wks_kla/)
------------------	--



Ausschreibung

15. OVAG Kinder- und Jugend Sprint Cup

(Stand: 27.04.2026)

Sollten Sie Fragen zu diesen Wettbewerben haben, melden Sie sich einfach über die oben angegebene Mail-Adresse.

(wettkampf@tsvff.de)

Auszeichnung/ Wertung

Die Auswertung der Wettbewerbe erfolgt nach den jeweiligen Jahrgangsstufen. Teams, die über Vereine gemeldet werden, werden auch in diesen Stufen gewertet. Gemessen wird am ältesten Teammitglied.

Alle Teilnehmer erhalten Urkunden und ein kleines Präsent.

Zusätzlich warten auf die ersten drei Platzierungen der Jahrgangsstufen eine kleine Überraschung.

Die Siegerehrungen werden voraussichtlich durch die Spitzenathleten der LG OVAG Friedberg-Fauerbach durchgeführt. Außerdem stehen sie für eine Autogrammstunde zur Verfügung.

Hinweis

Nachmeldungen (Aufschlag 5,00 Euro/Team) bis spätestens 2 Tage vor Wettkampf.

Spikes sind grundsätzlich nicht erlaubt.

Da Startnummern für die Teilnehmer zur Verfügung gestellt werden, bitte Sicherheitsnadeln nicht vergessen und mitbringen.

Datenschutz

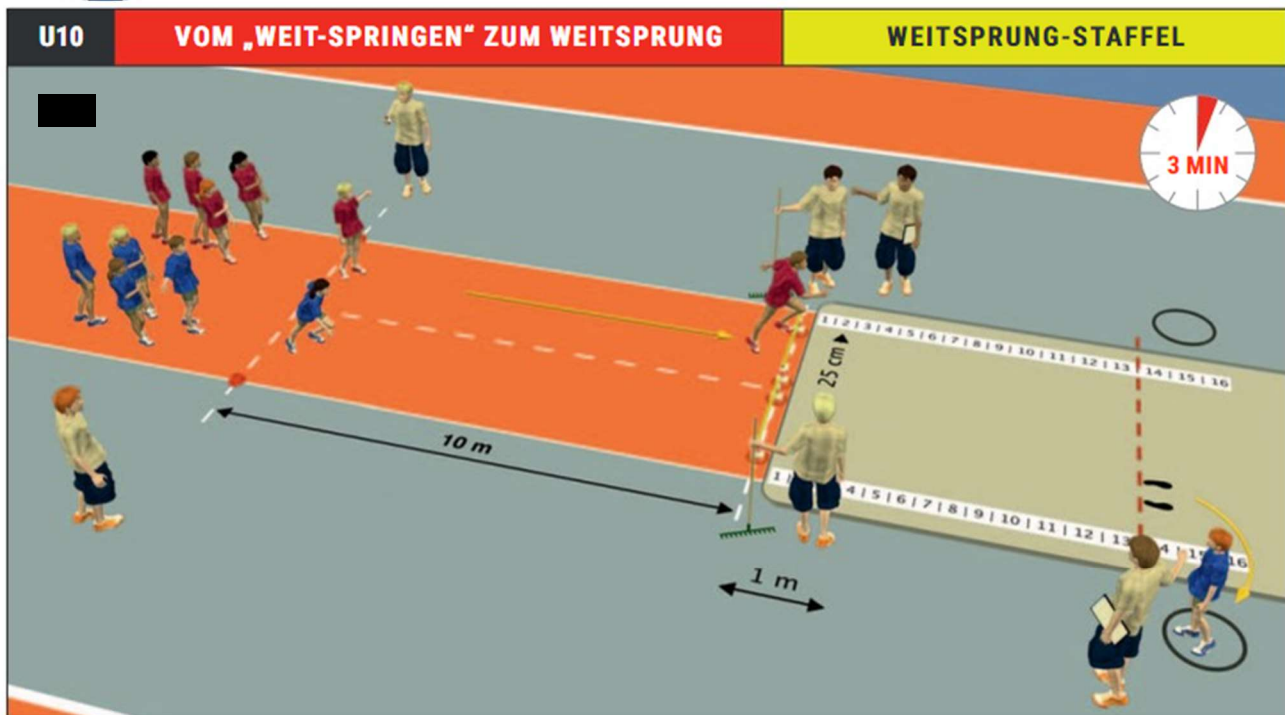
Die Datenschutzgrundverordnung ist auf unserer Homepage (www.tsvff.de) einzusehen, zum Download verfügbar und wird mit der Anmeldung anerkannt.

Haftungsausschluss

Wir schließen unsere Haftung für einfache fahrlässige Pflichtverletzungen aus, sofern diese keine vertragswesentlichen Pflichten oder Schäden aufgrund einer Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit betreffen. Gleiches gilt für Pflichtverletzungen unserer Erfüllungsgehilfen.

Zeitplan

Die gemeldeten Teams finden sich bis 15.00 Uhr zum gemeinsamen Aufwärmen auf dem Burgfeld ein. Ende des Wettkampfes ist für 18 Uhr geplant. Der genaue Ablaufplan wird vor Ort bekannt gegeben.



WETTKAMPFIDEE

- Die Kinder treten als Staffeln gegeneinander an. Sie sollen jeweils nach kurzem Anlauf (und unter Zeitdruck)

- über einen Absprunгорientierer so weit wie möglich springen.
- Erst wenn das Kind nach der Landung mit beiden Füßen den neben

- der Sprunggrube markierten Bereich (z. B. Fahrradreifen) berührt, darf das nächste Kind mit dem Anlauf beginnen.

- Welche Staffel erzielt innerhalb von 3 Minuten die meisten Weitenpunkte?

ABLAUF UND ORGANISATION

- Alle Kinder nehmen teil.
- An der Sprunggrube werden seitlich 25-cm-Zonen markiert (mit skalierten Punktbändern o. Ä.); mit etwa 4 Meter Abstand zu einem Absprunгорientierer wird jeweils ein Reifen neben die Grube gelegt.
- Nach dem Startkommando „Fertig! Los!“ läuft das erste Kind an (Anlauflänge 10 m), springt vor dem Absprunгорientierer einbeinig ab und landet möglichst beidbeinig mit paralleler Fußstellung in der Grube.
- Nach der Landung läuft das Kind direkt zum Reifen neben der Grube; sobald es diesen mit beiden Füßen betreten hat, darf das nächste Kind des Teams mit dem Anlauf an der Startlinie beginnen.

- Nach 3 Minuten wird der Durchgang durch ein akustisches Signal (z. B. Pfiff) beendet.

LEISTUNGSERMITTLUNG

- Für jeden korrekten Sprung erhält das Team die jeweils der erreichten Zone entsprechende Punktzahl.
- Jede Staffel geht zweimal an den Start (bei Duellen Tausch der Sprungbahnen). Die Punktzahl aus dem besseren Durchgang bildet das Teamergebnis.
- Gewertet wird der dem Absprung nächstgelegene Körperabdruck.
- Der Versuch ist ungültig, wenn ...
 - der Absprung nicht einbeinig vor dem Absprunгорientierer erfolgt oder dieser bei der Landung verschoben wird.

- das Kind zu früh startet (also bevor das vorherige Kind mit beiden Füßen den Reifen betreten hat).
- Ungültige Versuche werden mit 0 Punkten bewertet

TIPPS AUS DER PRAXIS

- Der Absprunгорientierer (Höhe etwa 20 cm) wird direkt am Grubenrand aufgestellt; er sollte so gewählt werden, dass die Sicht auf den Landebereich nicht versperrt ist.
- Der Zeitnehmer zählt die letzten 10 Sekunden laut herunter.
- Mit den Zonen sollte eine Sprungweite bis etwa 4 Meter (16 Punkte) abgedeckt werden.
- Je nach Bedarf wird die Grube im laufenden Betrieb nach jeweils 2 bis 4 Sprüngen neu eingeebnet.

TRAINERWISSEN

- Die Kinder sollen lernen, ihr Bewegungskönnen „Schrittweitsprung“ unter Zeit- bzw. Präzisionsdruck anzuwenden.
- Rasche Rollenwechsel als springender Punktebringer und mitfieberndes Teammitglied sorgen beim Miteinander für hohe emotionale Einbindung und Motivation.
- Der Wetteifer-Charakter wird verstärkt, wenn jeweils 2 Teams im direkten Duell gegeneinander antreten.
- Es geht Schlag auf Schlag. Konzentration ist unmittelbar vor und während der eigenen Sprünge gefragt.

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- 1 Sprunggrube
- 2 Absprunгорientierer
- 2 Fahrradreifen o. Ä.
- 1 Startlinie, 1 Maßband
- 2 Zoneneinteilungen (Breite 25 cm)
- 2 Harken/Rechen
- 1 Stoppuhr, 1 Pfeife

WERTUNG

- Welches Team erzielt innerhalb von 3 Minuten die meisten Punkte? Für die Teamwertung wird die Punktzahl des jeweils besseren Durchgangs herangezogen.
- Die erzielten Teampunktzahlen werden in eine Rangfolge gebracht.

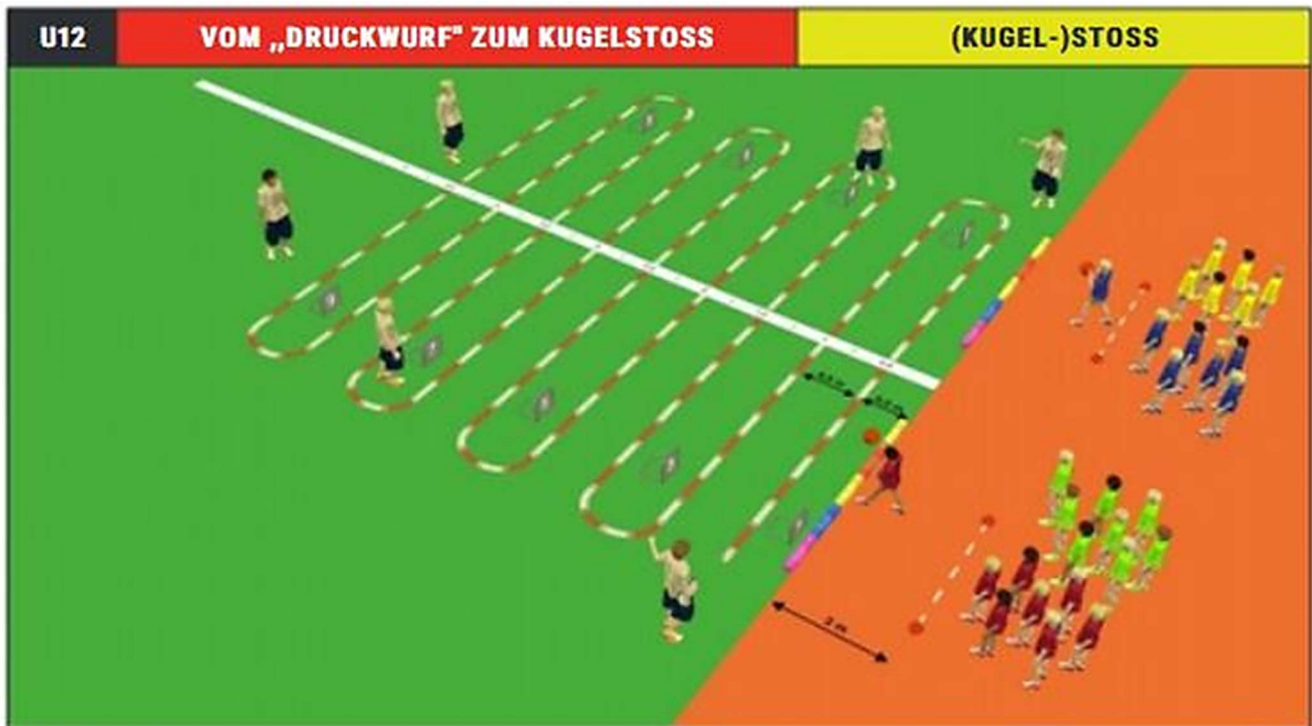
WETTKAMPFHILFER

- 2 Helfer: Absprung- und Landekontrolle sowie Protokollführung
- 2 Helfer: Ansage und Zeitnahme, Einhalten von Anlauf und pünktlichem Loslaufen
- 2 Helfer: Einebnen der Grube und Positionierung des Reifens

WEITERE HINWEISE



leichtathletik.de/jugend/kinderleichtathletik/disziplin-uebersicht/bereich-sprung/u10-weitsprung-staffel



WETTKAMPFIDEE

- Die Kinder sollen das Wettkampfgerät aus dem 3-Schritt-Rhythmus möglichst weit stoßen.
- Sie sollen dabei zeigen, dass sie mehrere möglichst weite Stöße in Folge ausführen können.
- Welches Team sammelt die meisten Weitenpunkte?

ABLAUF UND ORGANISATION

- Alle Kinder nehmen teil.
- Es werden, beginnend an der Abstoßlinie, in einem 15 Meter langen Zielbereich jeweils 0,5 Meter breite Zonen markiert, in denen Punkttafeln aufgestellt werden (Zone 1 = 1 Punkt, Zone 2 = 2 Punkte usw.; s. Abbildung). Die Anlauflänge wird mit Hütchen o. Ä. auf 2 Meter begrenzt.
- Das Wettkampfgerät (Medizinball oder Kugel; Gewicht 1,5 bis 2 kg) wird vom Veranstalter mit der Ausschreibung bekanntgegeben.
- Die Kinder stoßen den mit beiden Händen fixierten Medizinball (Rechtshänder: rechts = Stoßhand, links = seitlich sichernde Stützhand; Linkshänder entsprechend umge-

kehrt) bzw. die einhändig oder beidhändig gehaltene Kugel nach dem Anlauf (aus der Auftaktbewegung oder dem 3-Schritt-Rhythmus) möglichst weit nach vorne. Die Zone, in der das Gerät aufkommt, bestimmt die erreichte Punktzahl.

- Geräte, die neben dem Zielfeld landen, werden in (gedachter) Verlängerung der jeweiligen Zone gewertet.

LEISTUNGSERMITTLUNG

- Der Ausrichter gibt den Wertungsmodus mit der Ausschreibung vor; jedes Kind hat 4 Versuche.
 - » **A: Additionsergebnis**
Die besten 3 erzielten Punktzahlen eines jeden Kindes werden addiert und bilden das Einzelergebnis.

» B: Bestergebnis

- Die jeweils beste erreichte Punktzahl eines Kindes ergibt dessen Einzelleistung.
- Der Stoß ist ungültig, wenn ...
 - » die Abstoßlinie oder das Zielfeld berührt wird,
 - » die Kugel bzw. die Stoßhand hinter dem Ellenbogen desselben Arms ist,
 - » der Stoßbereich nach dem Stoß (bzw. nach dem 2. und 4. Stoß) nicht nach hinten verlassen wird.

TIPPS AUS DER PRAXIS

- Um die altersgemäße Entwicklung im Jahresverlauf zu berücksichtigen, hat es sich bewährt, in der ersten Jahreshälfte eher auf Medizinbälle (mit geringerem Gewicht), in

der zweiten Hälfte auf Kugeln (mit höherem Gewicht) zurückzugreifen.

- Empfehlung: Jedes Kind absolviert jeweils 2 Stöße direkt nacheinander, bevor es den Stoßbereich verlässt und sich wieder hinten anstellt (Zeitersparnis).

TRAINERWISSEN

- Im Vergleich zu den U8- und U10 Disziplinen sollen die Kinder nun die Auswirkungen von verlängertem Anlauf und höheren Anlaufgeschwindigkeiten erfahren.
- Je besser Bewegungskoordination und Rhythmusgestaltung, desto besser ist die Ausführung.
- Je nach Ausschreibung sind Leistungskonstanz (A) oder ein Top-Ergebnis (B) gefragt.

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- Stoßgerät laut Ausschreibung
- 1 Zielfeld (10 x 15 m)
- 2 Begrenzungslinien (Hütchen o. Ä.)
- Zonenmarkierungen (z. B. Flatterband und Heringe)
- Punkttafeln (laminiert), Hütchen
- 1 Maßband

WERTUNG

- Welches Team erreicht die größte Gesamtweite? Die Teamwertung ergibt sich aus der Summe der 6 besten Einzelleistungen der Kinder (Variante A oder B).
- Die erzielten Teamwertungen werden in eine Rangfolge gebracht.

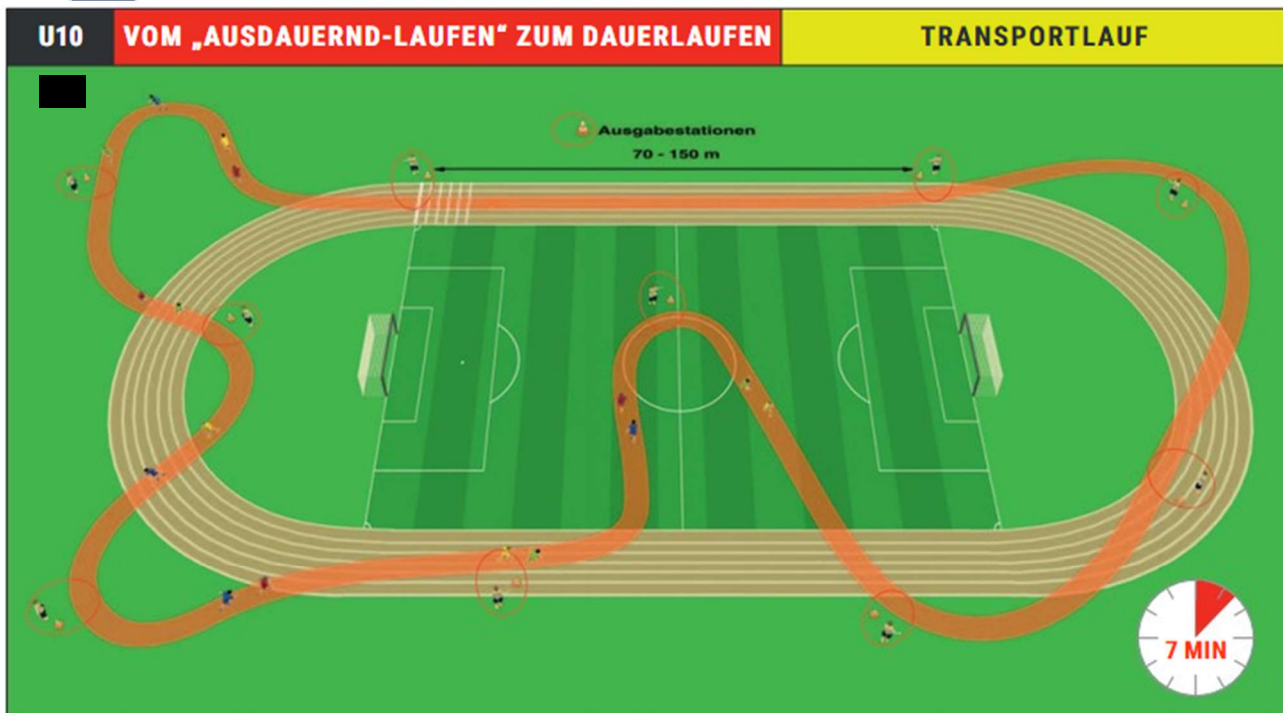
WETTKAMPFHelfER

- 2 Helfer: Ansage, Protokollführung und Kontrolle der Bewegungsausführung
- 4 Helfer: Punktermittlung und Zurückrollen der Medizinbälle bzw. Kugeln

WEITERE HINWEISE



kicthzathletik.de/jugend/kinderkicthzathletik/disziplin-uebersicht/bereich-wurf/u12-kugelstoss



WETTKAMPFIDEE

- Die Kinder sollen innerhalb von 7 Minuten auf einer möglichst langen Laufdistanz so viele Gummibänder wie möglich sammeln und dabei ihre Ausdauerfähigkeit unter Beweis stellen.

bänder wie möglich sammeln und dabei ihre Ausdauerfähigkeit unter Beweis stellen.

- Wer sammelt die meisten Gummibänder?

- Welches Team erzielt die höchste Gesamtanzahl?

ABLAUF UND ORGANISATION

- Alle Kinder nehmen teil.
- Innerhalb von 7 Minuten sammeln die Kinder auf einer abgesteckten Laufstrecke/Laufrunde so viele Gummibänder wie möglich.
- Eine frei zu bestimmende Zahl von Kindern startet in einem oder mehreren Läufen aus dem Hochstart auf ein zweiteiliges Startkommando („Auf die Plätze“, Startsignal). Der Lauf wird durch ein Signal auch beendet.
- Auf der Laufstrecke befinden sich in frei wählbaren, aber gleichmäßigen Abständen (empfohlen sind 70 bis 150 m) Ausgabestationen, bei der jedes Kind bei jedem Vorbeilaufen genau ein Gummiband aufnehmen darf.

- Organisationsformen, die eine gleichwertige Auswertung zulassen, sind ebenso möglich.

LEISTUNGSERMITTLUNG

- Bei einem Fehlstart wird der Lauf per Pfiff, Rückschuss bzw. Startklappe abgebrochen. Der entsprechende Läufer wird altersgerecht ermahnt (keine Disqualifikation!).
- Als Fehlstart gilt, wenn ein Läufer in der „Auf die Plätze“-Position bereits vor dem Startsignal zuckt oder mit einem Fuß den Bodenkontakt verliert.
- Nach dem Schlusspfiff wird von jedem Kind die Anzahl der gesammelten Gummibänder ermittelt und notiert.

TIPPS AUS DER PRAXIS

- Je kürzer der Abstand zwischen den Sammelstationen, desto differenzierter kann die Auswertung erfolgen.
- Je länger die Laufstrecke/Laufrunde, desto einfacher können große Kindergruppen organisiert werden.
- Die Gummibänder können den Kindern, je nach Anzahl der Ausgabestationen und Helfer, auch gereicht werden.
- Variation:** Verwinkelte Strecken mit kleinen, natürlichen oder künstlichen Hindernissen sorgen für einen hohen Aufforderungscharakter.

te, möglichst gleichmäßige Laufgeschwindigkeit zur Erfüllung der Ausdauerleistung nutzen.

- Die Kinder sollen eine altersgemäße Ausdauerbelastung absolvieren und dabei sowohl die Atmung als auch Schrittlänge, -frequenz, Rumpfhaltung und Armeinsatz harmonisch und ökonomisch aufeinander abstimmen.
- Die Kinder lernen bei dieser Ausdauerleistung, sich körperlich richtig einzuschätzen, zumal sie bei dieser Wettkampfvariante erstmals während des Laufs auf sich allein gestellt sind. Dabei sind (Erschöpfungs-) Widerstandskraft, Durchhaltevermögen und gesunder Ehrgeiz gefragt.

TRAINERWISSEN

- Die Kinder sollen vor allem durch ihr Tempo- und Zeitgefühl die geeignete

BENÖTIGTE MATERIALIEN

- etwa 20 Gummibänder pro Kind
- mehrere Kisten o. Ä. als Sammelstation
- Hütchen, Hürden oder Flatterband zur Streckenmarkierung
- Startpistole, Startklappe o. Ä.
- Stoppuhr

WERTUNG

- Die Kinder werden entsprechend der gesammelten Gummibänder in eine Reihenfolge gebracht und Ranglistenpunkte vergeben.
- Das Teamergebnis ergibt sich aus der Summe der 6 besten Einzelleistungen der Kinder.

WETTKAMPFHILFER

- 1 Helfer: Ordner und Startsignal
- 1 – 3 Helfer pro Sammelstelle
- Helfer: Streckenposten

WEITERE HINWEISE



leichtathletik.de/jugend/kinderleichtathletik/disziplin/uebersicht/bereich/lauf/u10/transportlauf