

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

die Landesausschüsse Leistungssport, Wettkampfwesen und Kinder- und Jugendsport haben den Antrag zur Änderung und Anpassung neuer Wettkampfdisziplinen in den Altersklassen 10 bis 14 bestätigt. Die konkrete Durchführung und Umsetzung wurde noch in einigen Punkten angepasst und präzisiert (rot markiert).

Die neuen Disziplinen sind in der Hallensaison 2019/2020 als Testwettkämpfe bereits möglich, aber erst ab 01.04.2020 verbindlich auszutragen. Sie sollen für eine Testphase (2 Jahre) als Rahmenwettkämpfe innerhalb der Regional- und Landesmeisterschaften stattfinden.

1. Neues Mehrfach-Sprungkonzept
2. Anpassungen im Hürdensprint der AK12
3. Anpassungen im Kugelstoßen der W12, W13 und der M12

1. Neues Mehrfach-Sprungkonzept des LVS

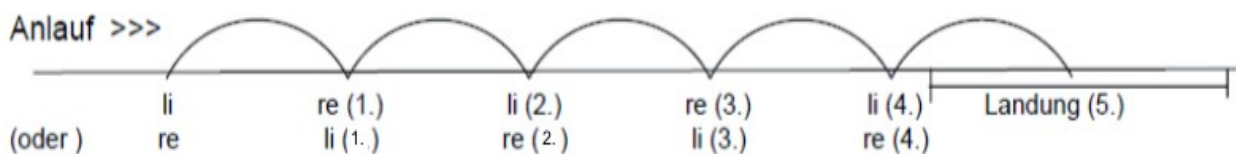
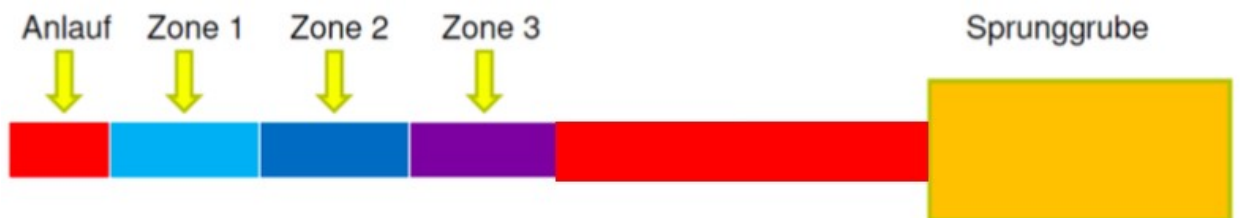
Weitsprung U12, AK 10 und 11

1. Absprung aus der Zone.
2. Max. 4 Versuche, 1. und der 2. Versuch mit links als Absprungbein, 3. und 4. Versuch mit rechts als Absprungbein, das Absprungbein sollte markiert werden (farbiges Band). Zur Unterstützung der Kampfrichter sollte ein Helfer oder Übungsleiter auf das Abspringen mit dem richtigen Bein achten. Absprung mit dem falschen Bein ist ungültig.
3. Es gibt keinen Endkampf.
4. Der beste rechte und der beste linke Sprung werden als Wettkampfergebnis addiert.
5. Der neue Weitsprung der U12 kann ab der Hallensaison 19/20 auf Kreis- und Regionalebene in der Halle eingeführt werden, ab 01.04.2020 auf Regionalebene verbindlich.
6. Im Ergebnisprotokoll steht der addierte Wert mit einem Kommentar „addierte Weitsprünge“.
7. Im Mehrkampf und Mannschaftswettkämpfen wird der Weitsprung wie bisher durchgeführt, 3 Versuche mit dem „guten“ Bein.

5er-Sprunglauf U14, AK 12 und 13

1. Der 5er-Sprunglauf der U14 kann ab der Hallensaison 19/20 ergänzend zum Weitsprung auf Regional- und Landesebene ausgetragen werden. Die Teilnahme in einer Veranstaltung ist entweder im Weitsprung oder beim 5er-Sprunglauf möglich, nicht in beiden Disziplinen.
2. Ab 01.04.2020 ist die Einführung des 5er-Sprunglaufs auf Regional- und Landesebene verbindlich.
3. Der 5-er Sprunglauf wird auf einer Weit-/Dreisprunganlage gemäß IWR 184.1-2 und 184.6-7 durchgeführt.
4. Die Linien für die Sprungzonen werden gemäß Regel 501.2 und 502.2 (s. weiter unten)

- geklebt (50mm breites weißes Band).
5. Jeder Athlet hat 4 Versuche, ohne Endkampf.
 6. Die gewählte Sprungzone bzw. der gewählte Absprung ist vor dem Wettkampf anzugeben, kann aber innerhalb des Wettkampfes gewechselt werden, was dem Kampfgericht vor dem Versuch mitzuteilen ist.
 7. Der 5er-Sprunglauf ist in Einlaufschuhen durchzuführen, nicht mit Spikes.
 8. Zur Durchführung des Wettkampfes sind die Regeln 185.1d-f, 185.2 und 185.3a, d, e anzuwenden. Es ist auch als Fehlversuch des Wettkämpfers anzusehen, wenn er a) beim Schlussprung vollständig neben der Anlaufbahn abspringt, b) den ersten Hop hinter der Vorderkante seines Sprungzonenendes beginnt.
 9. Die Weitenmessung ist analog zum Zonenweitsprung durchzuführen (s. Zeichnung).
 10. Die Anlauflänge ist auf max. 15m begrenzt.
 11. Der Absprung erfolgt aus einer 1,50m langen Absprungzone. Aufgrund der verschiedenen Leistungsklassen ist eine Aufteilung in 3 Sprungzonen mit unterschiedlichen Entfernungen vom Grubenrand erforderlich:
 12. **Sprungzone 1** (16,00m – 14,50m), **Sprungzone 2** (14,50m – 13,00m), **Sprungzone 3** (13,00m – 11,50m)



2. Anpassungen im Hürdensprint der AK12

Verringerte Hürdenhöhe AK12

Zur Steigerung der Laufgeschwindigkeit und der Vermeidung von Stämmschritten im Hürdensprint soll die Hürdenhöhe der AK 12 (männlich und weiblich) auch in der Freiluftsaison verringert werden – 60cm. Die Abstände bleiben gleich bei 7,50m.

Die AK 13 (männlich und weiblich) läuft weiterhin in der Halle und Draußen die Hürdenhöhe von 76cm. Die Abstände bleiben gleich bei 7,50m.

3. Anpassungen im Kugelstoßen der W12 / W13 und der M12

Kugel W12/13 und M12 mit 2kg

Zur Steigerung der Bewegungsgeschwindigkeit und der Vermeidung von Fehlern bei der Erlernung der Kugelstoßtechnik soll das Wettkampfgewicht in der W12, W13 und der M12 auf 2kg gesenkt werden. Dies gilt für die Kreis-, Regional und Landesebene.

Die Jungen der AK 13 bleiben bei 3kg.

Zur Durchführung von Wettkämpfen ab der Hallensaison 2019/2020 hat der LVS 2kg-Kugeln angeschafft und kann den Kreis- und Stadtverbänden jeweils 3 Kugeln zur Verfügung stellen.

Dr. Gerald Voß / Jens Taube / Rico Martick / Joachim Erdmann