

## Hallenmeeting AK 6 bis AK 11

<b>Ausrichter</b>	HSG Turbine Zittau e.V.
<b>Termin</b>	<b>Samstag, den 17.01.2026</b>
<b>Ort</b>	Sporthalle Ottokarplatz – 9.30 – 13:00 Uhr 9:00 Uhr Riegeneinteilung
<b>Disziplinen</b>	Sprint, Hürden, Schlussdreisprung (beidbeinig), Medizinballstoßen (beidhändig vor der Brust), Rundenlauf
<b>Meldung</b>	Meldung bis <b>12.01.2026</b> an la.meldung@hsg-zittau.de
<b>Organisationsgebühr</b>	3,00 € pro Teilnehmer – Nachmeldungen 5,00 €

### Zeitplan

Zeit	Sprint	Medizinballstoßen	Schlußdreisprung
9:45	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3
10:15	Gruppe 3	Gruppe 1	Gruppe 2
10:45	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 1

Orientierung für die Gruppeneinteilung nach den Alterklassen:

Gruppe 1: U8	Medizinball	1 kg
Gruppe 2: U10		1 kg
Gruppe 3: U12		2 kg

-----			
ab ca. 11:15 Uhr Rundenläufe	U8	2 Runden	
	U10	3 Runden	
	U12	4 Runden	

Die Zeiten sind Richtwerte für den Ablauf, die Reihenfolge sollte aber beachtet werden.

### Wertung:

- Wertung in den Alterklassen 6 - 11
- es erfolgt Einzelwertung in jeder Disziplin
- Sprint/Hürden 30 m jeweils beste Zeit
- Medizinball Stoß aus dem Stand 3 Durchgänge beste Weite
- Schlussdreisprung Sprung aus dem Stand 3 Durchgänge beste Weite
- Rundenlauf Zeitläufe

Hürden/AK	Anzahl	Hürdenhöhe	Anlauf	Abstand	Auslauf	1.	2.	3.
6/7	3	20cm	11,50m	6,25m	6m	11,50	17,75	24,00
8/9	3	40cm	11,50m	6,25m	6m	11,50	17,75	24,00
10/11	3	60cm	11,50m	6,75m	5m	11,50	18,25	25,00