

## KiLa-HALLENSPORTFEST des Citylauf-Verein Dresden am 25.03.2023 in der DSC-Trainingshalle



Im Rahmen des **Kila Cup Dresden**  
[www.leichtathletik-dresden.de/kila](http://www.leichtathletik-dresden.de/kila)

veranstaltet der Citylauf-Verein Dresden e.V. ein **Kindersportfest**  
**für die AK U08** (m/w 06+07) **und U10** (m/w 08+09).

Der Stichtag ist dabei der Geburtstag des Kindes.

Start ist 10.00 Uhr bis voraussichtlich 13:00 Uhr  
Team-Wettbewerb mit folgenden 4 Disziplinen:

- 1 - 30m Sprint (U8) / 40m Sprint (U10)
- 2 - Einbeinhüpfer-Staffel (U8) / Wechselsprünge (U10)
- 3 - Beidarmiger Stoß (U8) / Medizinballstoß (U10)
- 4 - Hindernissprint-Staffel (30m) (U8) /  
Hindernissprint-Staffel (30m) (U10)

Wir freuen uns über jede Unterstützung und wünschen  
allen einen sportlich-spannenden Vormittag!

# Informationen

**Veranstalter:** Citylauf-Verein Dresden e.V.  
**Ort:** DSC-Trainingshalle,  
Magdeburger-Str. 12, 01067 Dresden  
**Meldetermin:** Sonntag 19.03.2023  
Nachmeldungen sind nur bedingt am  
Veranstaltungstag möglich  
**Meldeanschrift:** kila@citylaufverein.de



**Team-Wettbewerb:** max. 10 Teams (6-11 Mädchen und Jungen) pro Altersgruppe, 2 vereinseig. Begleiter je Team, jedes Team durchläuft 4 Disziplinen:  
- 30m Sprint (U8) / 40m Sprint (U10);  
- Einbeinhüpfer-Staffel (U8) / Wechselsprünge (U10);  
- Beidarmiger Stoß (U8) / Medizinballstoß (U10);  
- Hindernissprint-Staffel (30m) (U8) / Hindernissprint-Staffel (30m) (U10)

**Zeitplan:** 10:00 Uhr Beginn bis vorauss. 13:00 Uhr, inkl. Vorstellung der Disziplinen und Siegerehrung  
**Altersklassen:** U8 (JG 2015 bis 2017) und U10 (JG 2013/2014)  
**Wertung:** bestes Mannschaftsergebnis in U8 und U10  
**Org.-Gebühr:** 3,00 Euro pro Teilnehmer

**Parken:** DSC-Trainingshalle gebührenpflichtig  
kostenfrei P1 Sportpark Ostra

**Hinweis:** Die Halle kann nur mit sauberen Sportschuhen betreten werden, es empfiehlt sich auch als Eltern oder Betreuer mit Sportkleidung zu kommen, um uns bei der Durchführung der Wettkämpfe zu unterstützen.

Organisatorische Änderungen aufgrund sich zwischenzeitlich ergebender Coronaschutzregeln behält sich der Veranstalter vor.

[www.citylaufverein.de](http://www.citylaufverein.de)  
Meldeanschrift: [kila@citylaufverein.de](mailto:kila@citylaufverein.de)  
Notfalltelefon: 0174-322 33 46

**Bitte kontaktieren Sie uns bei Fragen!**

## 30m Sprint (U8)

Die Kinder sollen aus vorgegebenen Startpositionen so schnell wie möglich eine 30-Meter-Strecke laufen. Wer reagiert und beschleunigt besonders schnell? Welches Team erzielt die beste Gesamtzeit?



## 40m Sprint (U10)

Die Kinder sollen aus einer frei gewählten Startposition auf ein akustisches Signal möglichst schnell starten und so schnell wie möglich eine 40-Meter-Strecke laufen. Welches Team erzielt die beste Gesamtzeit?



# Einbeinhüpfer-Staffel (U8)

Die Kinder sollen in Staffelform einen vorgegebenen Parcours möglichst schnell und unter Zeitdruck mit Einbeinsprüngen meistern. Das Sprungbein wird jeweils nach der ersten Hälfte des Parcours gewechselt. Welches Team absolviert innerhalb von 3 Minuten die meisten korrekt ausgeführten Reifensprünge?



# Wechselsprünge (U10)

Die Kinder sollen eine Strecke mit vorgegebenen Abschnitten und Sprungrhythmen möglichst schnell mit Einbeinsprüngen absolvieren. Rhythmus: je dreimal links, rechts, links usw. (oder umgekehrt) Wer absolviert die Sprungfolge möglichst fehlerfrei und am schnellsten? Welches Team erzielt die schnellste Gesamtzeit?





## Beidarmiger Stoß (U8)

Die Kinder sollen einen vorgegebenen Gegenstand beidhändig von der Brust aus möglichst weit stoßen. Sie sollen dabei zeigen, dass sie mehrere möglichst weite Stöße in Folge ausführen können. Welches Team sammelt die meisten Weitenpunkte?



## Medizinballstoß (U10)

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



## Hindernissprint-Staffel (30 m) in der AK U8

Die Kinder sollen als Staffel eine 30-Meter-Hindernis- und Flachsprintstrecke absolvieren. Welche Staffel legt innerhalb von 3 Minuten die längste Strecke zurück und sammelt dabei die meisten Punkte? Die Kinder sollen altersgemäß die Stabübergabe „von hinten“ erlernen.



## Hindernissprint-Staffel (40 m) in der AK U10

Die Kinder sollen als Staffel eine 40-Meter-Hindernis- und Flachsprintstrecke absolvieren. Welche Staffel legt innerhalb von 3 Minuten die längste Strecke zurück und sammelt dabei die meisten Punkte? werden.

