



Einladung zum Sommersportfest des SC Frankfurt (Oder)



Wettkampftag: Samstag, den **20. Juni 2015**
-ort: Sportplatz Kieler Straße, Frankfurt (Oder)
-zeit: 10.00 Uhr bis ca. 16.30 Uhr

Meldung an: Postanschrift SC Frankfurt (Oder)
Stendaler Straße 26
15234 Frankfurt (Oder)
E-Mail sc_frankfurt_oder@arcor.de
Telefon: (0335) 680 37 97 (Di + Fr)

Meldetermin: Samstag, **14. Juni 2015** (Posteingang)

Meldegebühren: U8/U10 5,00 € (Mehrkampf)
U12 2,00 € (je Disziplin)
ab U14 3,00 € (je Disziplin)

Nachmeldungen: Für Nachmeldungen ist die doppelte Meldegebühr zu entrichten.
Aus organisatorischen Gründen bitten wir darum, die Zahl der Nachmeldungen am Wettkampftag so gering wie möglich zu halten.
Es kommt dem Ablauf des Wettkampfes zu Gute, wenn Sie Nachmeldungen bis Mittwoch, den 24. September, 19.00 Uhr, per E-Mail einreichen.

Altersklassen/ Disziplinen:

U 8	AK 6/7 (Jg. 09/08)	Vierkampf: 30m, Zielweitsprung, Heulerwurf, Stadioncross
U 10	AK 8/9 (Jg. 07/06)	Vierkampf: 50m, Weit, Schlagball, 400m
U 12	AK 10/11 (Jg. 05/04)	50m, Weit <u>oder</u> Hoch, Schlagball, 800m plus Dreikampfwertung (50m, Weit, Schlagball)
U 14	AK 12/13 (Jg. 03/02)	60mHürden, 75m, Weit <u>oder</u> Hoch, Speer, 800m
U 16	AK 14/15 (Jg. 01/00)	80m Hürden, 100m, 300m Hürden, Hoch, Speer
U 18/U 20	AK 16-19 (Jg. 99-96)	100m bzw. 110m Hürden, 100m, 400m Hürden, Hoch, Speer

Vereinsstaffel je 1 Junge und 1 Mädchen aus den AK U10, U12, U14 und U16

Zeitplan: Änderungen nach Meldeeingang werden auf der Homepage veröffentlicht (www.sc-frankfurt-oder.de)

Siegerehrungen: Außer Mehrkampf **sofort** nach Disziplinende.
Die Plätze 1 bis 3 werden mit Medaillen geehrt.

Versorgung: begrenzte Imbissversorgung, (geplant ist Wurstgulasch für ca. 2,60 €)
Essenmarken bitte mit der Meldung bestellen, da begrenzte Essenszahl.

Mit sportlichem Gruß

1. Vorsitzender Olav Senger

Hinweise

- Allgemein:** Zur Begrenzung der Teilnehmerfelder ist in den AK **U12** und **U14** nur der Start im **Hoch- oder Weitsprung** zugelassen.
- Lauf:** Alle Läufe sind Zeitendläufe.
- Sprint:** AK 6/7 - Start aus der Bauchlage, Handzeitnahme
ab AK 8 - Tiefstart, vollelektronische Zeitmessung
- Stadioncross:** ca. 300 m
Start Mitte Gegengerade, entgegengesetzte Laufrichtung
- Vereinsstaffel:** 7x60m plus 80m
Es wird eine Pendelstaffel auf der Start- und Zielgeraden gelaufen. Es starten die jüngsten Mädchen 20m vor der Ziellinie entgegen der normalen Laufrichtung. Die Jungen laufen in Richtung Ziel, der letzte Junge läuft 80m bis über die Ziellinie. Es starten je ein Junge und ein Mädchen der AK U10/U12/U14 und U16. Jüngere Sportler können ältere ersetzen, Mädchen die Jungen.
- Hürden:**
- | | | | |
|---------|-----------|--------------|--------------------------------|
| 60mHü: | U14 | Schwarzes ++ | 6 Hürden (76cm hoch) |
| 80mHü: | M U16 | Gelber °° | 7 Hürden (84cm hoch) |
| 80mHü: | W U16 | Schwarzer °° | 8 Hürden (76cm hoch) |
| 100mHü: | W U18/20: | Gelber -- | 10 Hürden (U18:76cm U20:84cm) |
| 110mHü: | M U18: | Roter °° | 10 Hürden (91cm hoch) |
| 110mHü: | M U20: | Blauer -- | 10 Hürden (99cm hoch) |
| 300mHü: | U16 | Grüner -- | 7 Hürden (M:84cm W:76cm) |
| 400mHü: | W U18/20: | Grüner -- | 10 Hürden (76cm hoch) |
| 400mHü: | M U18/20: | Grüner -- | 10 Hürden (U18:84cm U20: 91cm) |
- Zielweitsprung:** AK 6/7 - ca. 10m Anlauf, Absprung vor der Grube, je Weite 2 Versuche
Weiten: 60/100/150/200cm
- Weit:** AK 8-11 Zone, ab AK 12 - Brett
- Hoch:** Anfangshöhen/Steigerungen:
AK 10/11: 1,00 m / 5 cm bis 1,30 m, dann 3 cm
AK 12/13: 1,10 m / 5 cm bis 1,40 m, dann 3 cm
AK U16 - 20: 1,20m / 5cm bis 1,40m, dann 4cm bis 1,60m, dann 3cm
- Schlagball:** 80g-Schlagball
- Heulerwurf:** Sporthandelsüblicher Vortex
Wegen fehlender Standardisierung liegt die Zulassung eigener Geräte im Ermessen des WK-Leiter.
- Speer:**
- | | |
|---------------|------|
| U14 | 400g |
| W U18 / W U16 | 500g |
| W U20 / M U16 | 600g |
| M U18 | 700g |
| M U20 | 800g |
- Technische Disziplinen (außer U8/10):**
Je nach Meldezahl kann durch die Wettkampfleitung kurzfristig im Interesse des Zeitplanes die Anzahl der Versuche beschränkt werden.
U8/U10: Grundsätzlich max. 3 Versuche
- Mehrkampfwertung Einzel U8:**
Ranglistenprinzip, d.h. die beste Leistung erhält 1 Punkt, die zweitbeste Leistung 2 Punkte usw.
ohne Leistung = max. Punktzahl
Sieger ist der Athlet mit der geringsten Punktzahl, getrennt nach Geschlecht und Jahrgang.
- Mehrkampfwertung Einzel U10:**
Auswertung gemäß Nationaler Punktetabelle
Sieger ist der Athlet mit der höchsten Punktzahl, getrennt nach Geschlecht und Jahrgang.
- Dreikampfwertung U12:**
Auswertung gemäß Nationaler Punktetabelle
Die Mehrkampfwertung erfolgt bei Meldung zusätzlich zu den Einzelwertungen.
Es wird eine zusätzliche Möglichkeit zur Erfüllung der T-Kadernorm angeboten.

Sommerportfest des SC Frankfurt (Oder)

Zeitplan

	U8				U10				U12				U14				U16		U18 / U20			
	Jg. 08/09				Jg. 06/07				Jg. 04/05				Jg. 02/03				Jg. 00/01		Jg. 99-96			
	W6 (2009)	W7 (2008)	M6 (2009)	M7 (2008)	W8 (2007)	W9 (2006)	M8 (2007)	M9 (2006)	W10 (2005)	W11 (2004)	M10 (2005)	M11 (2004)	W12 (2003)	W13 (2002)	M12 (2003)	M13 (2002)	weibl.	männl.	weibl.	männl.		
10:00																				110m Hü	10:00	
10:10	Zielweit 1	Zielweit 2																		100m Hü	10:10	
10:20																			80m Hü ZE		10:20	
10:30													60m Hü ZE								10:30	
10:40			Zielweit 2	Zielweit 1											60m Hü ZE						10:40	
10:50	30m																				10:50	
11:00		30m																			11:00	
11:10			30m																		11:10	
11:20	Heulerwurf 1	Heulerwurf 2		30m																	11:20	
11:30																					100m ZE	11:30
11:40																					100m ZE	11:40
11:50			Heulerwurf 2	Heulerwurf 1																		11:50
12:00																						12:00
12:10					Weit 2	Weit 1																12:10
12:20	Stadioncross																					12:20
12:30			Stadioncross																			12:30
12:40							Weit 1	Weit 2	50m ZE													12:40
12:50										50m ZE												12:50
13:00	Siegerehrung				Ball 1	Ball 2					50m ZE											13:00
13:10																						13:10
13:20							50m															13:20
13:30								50m	Ball 1	Ball 2												13:30
13:40					50m																	13:40
13:50						50m	Ball 1	Ball 2														13:50
14:00																						14:00
14:10													800m		800m							14:10
14:20																						14:20
14:30					400m																	14:30
14:40							400m															14:40
14:50																						14:50
15:00																					400m Hü	15:00
15:10																					300m Hü	15:10
15:20																						15:20
15:30																						15:30
15:40																						15:40
15:50																						15:50
16:00																						16:00
16:10																						16:10
16:20																						16:20
16:30																						16:30