

Nikolaussprint 2022

Stadtwerke Sindelfingen - Run&Jump



Sprint + Sprung + Staffeln

Glaspalast Sindelfingen

10.12.2022

Beginn:

10.00 Uhr Sprint-Dreikampf
11:00 Uhr Stabhochsprung
13.00 Uhr Staffel Cup



Arena des Erfolges
GLASPALAST
SINDELFINGEN

Wettbewerbe

Run & Jump-Wettbewerb

30 m fliegend – 5 er Sprunglauf – 60 m v. Block

für die Klassen *):

Männer und Frauen - 3-Kampf, 60m, 4x200 m

männl. Jugend MJ U20 (04/05) und **männl. Jugend MJ U18** (06/07)

männl. Jugend MJ U16 (M15 (08) / M14 (09))

weibl. Jugend WJ U20 (04/05) und **weibl. Jugend WJ U18** (06/07)

weibl. Jugend WJ U16 (W15 (08) / W14 (09))

*) Hinweis: es gelten die Jahrgänge sowie die Vereinszugehörigkeit des Wettkampfjahres 2023!

Hinweis:

Mehrkampf: grundsätzlich wird die Teilnahme am Sprint-Drei-Kampf erwartet!

Einzelergebnisse werden nicht in die Ergebnisliste aufgenommen!

30m fliegend - ein Versuch!

5 er Sprunglauf: Gesprungen wird auf dem normalen Laufboden – der Anlauf ist begrenzt.

Gesprungen werden kann beliebig: Einer-Hop oder Sprunglauf.

Jugendliche M/W U14 (09) sind beim Run&Jump Dreikampf nicht startberechtigt

Die Auswertung erfolgt analog zum Mehrkampfprogramm (Deutsche Punkte-Wertung)!

Urkunden können im Nachgang via ladv.de ausgedruckt werden.

Staffel-Cup

männl. Jugend U16 (08/09): 4x100 m

weibl. Jugend U16 (08/09): 4x100 m

männl. Jugend U14 (10/11): 4x50 m

weibl. Jugend U14 (10/11): 4x50 m

männl. Jugend MJU20 (04/5): 4x200 m

weibl. Jugend WJU20 (04/05): 4x200 m

männl. Jugend MJU18 (06/07): 4x200 m

weibl. Jugend WJU18 (06/07): 4x200 m

Kinder M/W U12 (12 u. jünger): **6x40m Hindernisstaffel** (gemischt ohne Einschränkung)

Anmerkung: grundsätzlich sind in allen Klassen gemischte Teilnahmen möglich - dann allerdings in der männlichen Klasse! Sofern gemischte Teams (2xmännl./2xweibl.) antreten, kann ggf. eine eigene Wertung durchgeführt werden.

Wertung: In den Klassen der Jugend M/W U16 und M/WU14 kommen aus den Vorläufen die 4 zeitschnellsten Staffeln in einen A - Endlauf - weitere zeitschnellste in einen B bzw: C - Endlauf.

In den Hindernisstaffeln gibt es einen Endlauf der zeitschnellsten 4 Staffeln.

In den Jugend-Klassen M/W U20 und U18 finden Zeitläufe statt.

Stabhochsprung (alle Klassen)

Anfangshöhen, Steigerungen und ggf. Gruppeneinteilungen erfolgen nach Meldeeingang. Bitte die Bestleistung in jedem Fall angeben.

Sprint - Nachwuchs in Baden-Württemberg

Beginn: 10:00 Uhr

Veranstalter: **VfL Sindelfingen**

Anknüpfend am dem Sprintcup-Konzept früherer Jahre sollen Schnelligkeit und Schnellkraft im Mittelpunkt des Meetings stehen. Mit dieser Veranstaltung soll allen Nachwuchsathletinnen und –athleten die Gelegenheit gegeben werden, ihren Trainingszustand zu überprüfen und Wettkampferfahrungen zu sammeln. Erzielte Leistungen können zur Qualifikation zu den anstehenden Meisterschaften gewertet werden.

Organisationsgebühren:

Run&Jump (Dreikampf) (30m fliegend/5er-Sprunglauf/60m): € 15,00 €
Stabhochsprung: 12,00€

Staffeln

Jugend U20/U18: € 13,00

Jugend U16/U14 und Kinder: € 10,00

Verspätete Meldungen und Nachmeldungen doppelte Gebühr.

Meldungen an:

www.ladv.de (Ausschreibungen)

(Online-Meldungen bis Montag, 05.12. - 23:59 Uhr)

meldung@sifi-athletik.de;

Informationen / Ergänzungen: www.leichtathletik-sindelfingen.de

Die **Organisationsgebühren** sollten vorab überwiesen werden. Bitte Zahlungsbeleg oder Online-Auszug vorlegen. Die Überweisung bitte auf das Konto:

VfL Sindelfingen-Leichtathletik

DE75 6039 0000 0207 5900 01 | BIC: GENODES1BBV

überweisen.

Weiterhin ist die Bezahlung per **EC-Karte vor Ort** ebenso möglich.

Mehr Leichtathletik im Glaspalast:

21.01.	Internationales Stadtwerke Sindelfingen Hallenmeeting (Aktive / Jugend)
28./29.01.	BaWü Finals Aktive mit WLV-U16 Meisterschaften
04./05.02.	Südd. Hallenmeisterschaften Aktive und Jugend U18
11./12.02.	BaWü Finals Jugend U20/U18
25./26.02.	Deutsche Jugend-Hallen-Meisterschaften
04.03.	Stadtwerke Sindelfingen Nachwuchssportfest

Änderungen vorbehalten.

Nikolaussprint 2022

Stadtwerke Sindelfingen - Run&Jump



Jump & Run - Wettkampf Samstag, 10.12.2022						Zeit	Jump & Run - Wettkampf Samstag, 10.12.2022					
Männer	MJU20	MJU18	MJU16	MJU14	Kinder	Zeit	Kinder	Frauen	WJU20	WJU18	WJU16	WJU14
						Meld						
		30mfl				10:00						
	30mfl	5erSpr				10:15						
			30mfl			10:30						
	5erSpr					10:35						
		60m				10:40						
			5erSpr			10:50						
Stabhochsprung						11:00	Stabhochsprung					
30mfl	60m					11:00						
			60m			11:15						
5erSpr						11:25						
		4x200m				11:30						
			4x100m			11:40						
60m						11:45						
4x200m	4x200m					12:00					30mfl	
				4x50m(5) ZV		12:30						
						12:40						4x50m ZV
						12:50		30mfl			5erSpr	
						13:05			30mfl			
						13:10		5er Spr				
				4x50m F		13:15						
						13:20				30mfl		
						13:25			5erSpr			4x50m F
						13:40					60m	
						13:50		60m		5erSpr		
						14:00			60m			
						14:20				60m		
						14:30					4x100m ZV	
						14:40		4x200	4x200			
						14:50				4x200m		
					6x40mHi	15:00	6x40mHi					
						15:20					4x100m F	
Änderungen vorbehalten.						6x50mHi F	15:30	6x50mHi F				

Vorläufiger Ablaufplan. Änderungen aufgrund der Meldezahlen sind zu erwarten.