



### 28. Landesoffenes Schüler-Hallensportfest Köngen Sonntag, 24. Februar 2019

Die Veranstaltung zählt zur 4-Hallen-Tournee des LA-Kreises Esslingen  
Denkendorf, ES-Sulzgries, **Köngen**, Neckartenzlingen

<b>Veranstalter:</b>	TSV Köngen - Abteilung Leichtathletik
<b>Ort:</b>	Burgschulturnhalle Köngen, Burgweg, 73257 Köngen
<b>Beginn der Wettkämpfe:</b>	10.30Uhr
<b>Hallenöffnung:</b>	09.30Uhr

#### Wettbewerbe:

<b>MJ/WJ U16</b> <b>M14/15, W14/15</b>	Dreikampf (2x35m / Kugelstoßen / 5-Schritt-Sprung)
<b>MJ/WJ U14</b> <b>M12/13, W12/13</b>	Dreikampf (2x35m / Stoß rechts/links / 5-Schritt-Sprung)
<b>MK/WK U12</b> <b>M10/11, W10/11</b>	Dreikampf (1x35m / Stoß rechts/links / 5-Froschsprung)
<b>MK/WK U10</b> <b>M8/9, W8/9</b>	Dreikampf (1x35m / Druckstoß 1kg / 5-Froschsprung)

#### Meldungen:

<b>Meldungen über</b>	<a href="http://www.ladv.de">www.ladv.de</a> bis <b>Donnerstag, den 21. Februar 2019, 23.59 Uhr</b>
<b>In Ausnahmefälle mit EDV-Meldebogen an:</b>	<a href="mailto:Leichtathletik@tsvkoengen.de">Leichtathletik@tsvkoengen.de</a>
<b>Meldegeld:</b>	<b>Dreikampf 4,00€</b>
<b>Nachmeldungen:</b>	sind möglich gegen <b>5,00€</b> Nachmeldegebühr

#### Hinweise zu den Disziplinen:

<b>Stoß:</b>	<b>MK/WK U10:</b> 3 x Druckstoß beidhändig / Schrittstellung (= 1,0kg) aus dem Stand (Stöße werden addiert) <b>MK/WK U12:</b> je 2 Stöße mit der rechten/linken Hand / Schrittstellung (= 1,0kg) <b>MJ/WJ U14:</b> je 2 Stöße mit der rechten/linken Hand / Schrittstellung (= 2,0kg) Die <b>3</b> besten Weiten von <b>vier</b> Stößen werden addiert.
<b>Fünf-Frosch-Sprung:</b>	fünf Froschsprünge aus dem Stand, fortlaufend (in Socken oder barfüßig)
<b>Fünf-Schritt-Sprung:</b>	5-Schritt Sprung ( <b>mit Schlussprung</b> ) fortlaufend mit kurzem Anlauf / 3 Versuche / die beste Weite wird gewertet.

#### Allgemeine Infos:

<b>Auszeichnungen:</b>	Medaillen für die ersten Drei beim Mehrkampf U14/12 1-3 Platz im Dreikampf Teamwertung U10 Alle Teilnehmer erhalten Urkunden.
<b>Mannschaften:</b>	U12 Mannschaftswertungen aus 3 Athleten bzw. 3 Athletinnen U10 Teamwertungen aus 4 AthletenInnen
<b>Ergebnisliste:</b>	Wird unter <a href="http://www.wlv-esslingen.de">www.wlv-esslingen.de</a> ins Internet gestellt.



28. Landesoffenes Schüler-Hallensportfest Köngen. Sonntag, den 24. Februar 2019

**Zeitplan**

MJ U16		MJ U14		MK U12		MK/WK U10					WJ U16		WJ U14		WK U12	
M15	M14	M13	M12	M11	M10	Riege 1	Riege 2	Riege 3	Riege 4		W15	W14	W13	W12	W11	W10
Gemeinsames Aufwärmen mit Musik										10:15	Gemeinsames Aufwärmen mit Musik					
						5-Frosch 1	5-Frosch 2	Stoß 1	Stoß 2	10:30	Kugel					35m
Kugel										10:45					35m	
		Stoß 1	Stoß 2							11:00				2x35m		
										11:15			2x35m			
5-Schritt 1					35m					11:30	5-Schritt 2				5-Frosch 1	5-Frosch 2
				35m		Stoß 1	Stoß 2			11:45						
									35m	12:00			5-Schritt 1	5-Schritt 2		
				Stoß 1	Stoß 2			35m		12:15						
		5-Schritt 1	5-Schritt 2				35m	5-Frosch 1	5-Frosch 2	12:30						
						35m				12:45			Stoß 1	Stoß 2		
				5-Frosch 1 in der Halle	5-Frosch 2 in der Halle					13:00	2x35m					
2x35m										13:15					Stoß 1	Stoß 2
		2x35m								13:30						
			2x35m							13:45						

**Ausgehängte Zeitpläne haben Rahmencharakter: Maßgebend ist die Hallenansage!!**