

## KiLa-HALLENSPORTFEST des Citylauf-Verein Dresden am Sa. 16.03.2024 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:** Dienstag 12.03.2024 Nachmeldungen  
sind nur bedingt am  
Veranstaltungstag möglich
- Meldeanschrift:** kila@citylaufverein.de
- Team-Wettbewerb:** max. 2 Teams pro AK und Verein (6-11 Mädchen  
und Jungen), 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 voraussichtlich 13:00 Uhr,  
inkl. Vorstellung der Disziplinen und Siegerehrung
- Altersklassen:** U8 (m/w 06+07) und U10 (m/w 08+09)
- 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.

[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 1,5kg Medizinball beidhändig von der Brust aus möglichst weit stoßen. Sie sollen dabei zeigen, dass sie mehrere (insgesamt 4) möglichst weite Stöße in Folge ausführen können. Welches Team sammelt die meisten Weitenpunkte?



## Medizinballstoß (U10)

Die Kinder sollen einen 1,5kg Medizinball aus der Wurfauslage möglichst weit stoßen. Sie sollen dabei zeigen, dass sie mehrere (insgesamt 4) 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? Die Kinder sollen altersgemäß die Stabübergabe „von hinten“ erlernen.

