

Einladung und Ausschreibung

zum

1. DSV Schülerscup U14

Ski Alpin

Konditionswettbewerb

am

Samstag, den 21.09.2013

in

Waging am See

Organisation: TSV 1888 Waging am See

Wettkampfort:

- Sportgelände Waging am See, Wilhelm-Scharnow-Str. 37
- Treppenlauf am Wanderweg zum Mühlberg

Disziplin:

Konditionswettbewerb, 6 Übungen

- Übung 1: Geschicklichkeit: Parcours angelehnt an „Swiss-Ski-Power-Test“ incl. „Schweizer Kreuz“ (Laufzeit ca. 50 sec.) – Wertung nach Zeit - Lichtschranke
- Übung 2: Gleichgewicht: Parcours mit 2x Slackline – Dachprofil (bergauf-bergab gehen, h = ca. 100cm, Balken mit 60mm) – Stangen – Medizinbällen – Langbankschaukel (Zeitvorgabe 60 sec.) Wertung nach Strecke, „Bigpoints“ gesetzt, d.h. bei Verlassen des Parcours wird dort wieder eingestiegen.
- Übung 3: Parcours Oberkörperkraft: Einstieg Sprossenhangeln (ca. 15) an waagerechter Leiter vorwärts – Rollwagenparcours – Sprossenhangeln rückwärts – Rollwagenparcours – Sprossenhangeln seitwärts (Zeitvorgabe 50 sec.) Wertung nach Strecke. (Magnesia wird zur Verfügung gestellt, Fahrradhandschuhe erlaubt)
- Übung 4: Treppenlauf bergauf: Einstieg ca. 20 Steinstufen – beidbeinig, dann ca. 70 Holz- Kiesstufen mit unterschiedlicher Weite und Höhe wobei jede Stufe einzeln zu nehmen ist. (Laufzeit ca. 25 – 30 sec.) Wertung nach Zeit – Lichtschranke
- Übung 5: Sandgrubenparcours: Vorwärts-, Rückwärts-, Seitwärtssprint in der Sandgrube (Laufzeit ca. 25 sec.) Wertung nach Zeit – Lichtschranke
- Übung 6: 370 m Hindernis-Lauf: Lauf auf Tartanbahn mit 3 – 4 zu bewältigenden Hindernissen wie Hürden o.ä.. Wertung nach Zeit

Wertung:

- Mädchen und Buben
- Platzpunkte für die ersten 30 jeder Übung nach WC-Schema
- Addition der Platzpunkte

Teilnahmeberechtigt:

Schüler gemäß Reglement Deutscher Schülercup und veröffentlichter Quotenliste DSC U14 (Jg. 2001 und 2000) Lt. Beschluss Fachausschuss müssen beim Konditionswettbewerb die Quotenplätze für die noch nicht in den Ranglisten geführten Jahrgänge 2001 verwendet werden.

Wettkampfbüro:

Eingangsbereich Turnhalle Wilhelm-Scharnow-Str. 37, ab 08:00 Uhr geöffnet , Startnummernausgabe

Meldungen an:

ARGE- bzw. gauweise über www.rennmeldung.de

Meldeschluss:

Mittwoch, 18. September 2013 20.00 Uhr

Werde **Fan** des DSV Schülercup auf **Facebook**



Meldegebühr: 6,-- €

Programm:

<i>Tag</i>	<i>Uhrzeit</i>	<i>Bezeichnung</i>
Samstag, 21.09.2013	ab 08.00 Uhr	Startnummernausgabe
	08:30-9:30 Uhr	Besichtigung der Stationen mit Trainingsmöglichkeit
	09:30 Uhr	Trainerbesprechung Tribüne neue Turnhalle
	Ab 10.00 Uhr	Beginn Wettkampf gemäß Riegeneinteilung
	Ca. 17.00 Uhr	Siegerehrung am Sportgelände

Organisationskomitee:

Race-Direktor: Christian Scholz, DSV

Wettkampfleitung: Beppo Hofmann, TSV Waging am See
Helga Wolferstetter, TSV Tengling

Stationen: TSV Waging am See

Auskunft: Beppo Hofmann, Tel. 0171 7749511
Christian Scholz, Tel. 0151 15053002

Haftung: Der Organisator übernimmt keine Haftung für Schäden aller Art bei Teilnehmern, Funktionären und Zuschauern

Preise: Pokale Platz 1 – 3, Urkunden Platz 1 – 10
Preis für die besten Jg. 2001

Sonstiges:

- Startliste/Riegeneinteilung ab Donnerstag, 19.09.2013 auf www.rennmeldung.de
- Turnhallen sind nur mit Hallenschuhen zu benutzen!!!
- Die Stationen können mit freier Wahl des Schuhwerks (auch ohne) durchlaufen werden.
- Verpflegung (Kaffee – Kuchen – Getränke – Brotzeiten – warme Mahlzeiten) wird angeboten

Unterkünfte: Tourist-Info Waging ist bei der Zimmersuche behilflich. Tel: 08681-313 oder Mail: info@waging-am-see.de

Durchführung gem. Reglement DSV-Schülerpunkterennen. Wettbewerb zählt zur Gesamtwertung des DSC U14 2013/14.

Auf eine zahlreiche Teilnahme freut sich der TSV Waging am See.

Rudi Hinterseer
SV Chiemgau / Sportwart Alpin

Beppo Hofmann
TSV Waging / 1. Vorstand

Werde **Fan** des DSV Schülercup auf **Facebook**

