

Traditionelles Hallensportfest Des LK Weiche

in den Sporthallen der **Hannah-Arendt-Schule** und der
Gemeinschaftsschule West an der
Friesischen Lücke.



Ab diesem Jahr
Im Dezember!
Samstag/Sonntag
07.12./08.12.2024



Samstag, 10:00 Uhr:

Jugend U14/U16/U18 und älter

60m, 60m Hürden, Kugelstoßen, Hochsprung, 40m-Pendelstaffel mit Minihürden (nur U14/U16)

Sonntag 13 Uhr

U10: Fünfkampf mit 50m-Sprint/-Minihürdensprint, Fünfsprung, Ballwurf (80g), Abschluss: Biathlonlauf*

U12: Fünfkampf mit 50m-Sprint/-Hindernissprint (4 Hürden), Fünfsprung, Medizinballstoßen (einarmig, 2kg),
Abschluss: Biathlonlauf*

*) Startreihenfolge nach der Gundersen-Methode

Mit 60m Tartan-
Sprintbahn und
elektronischer
Zeitmessung

Meldeschluss:

Bis Mittwoch, 04.12.24 über LADV oder an georgulrich.hamann@gmx.de

Bei Rückfragen bitte telefonisch an Jan Dreier wenden: 04631-547590

Meldegeld:	4,00 EUR	Mehrkampf
	4,00 EUR	Einzel alle Altersklassen
	3,00 EUR	Aufschlag pro Nachmeldung

Alle Vereine mit drei oder mehr Teilnehmern werden **verpflichtet**, einen Kampfrichter / Helfer pro angefangene drei Teilnehmer zu stellen. Bitte bei Meldung (LADV: Kommentarfeld) direkt angeben. Ohne Helfer/Kampfrichter ist ein Start von Athleten nicht möglich.

Die Sporthallen dürfen nur mit hallengerechten Schuhen betreten werden. Spikes dürfen nur auf dem Tartan in einer Länge von 6mm genutzt werden. Keine Haftung bei Diebstählen, Unfällen oder sonstigen Schäden.

