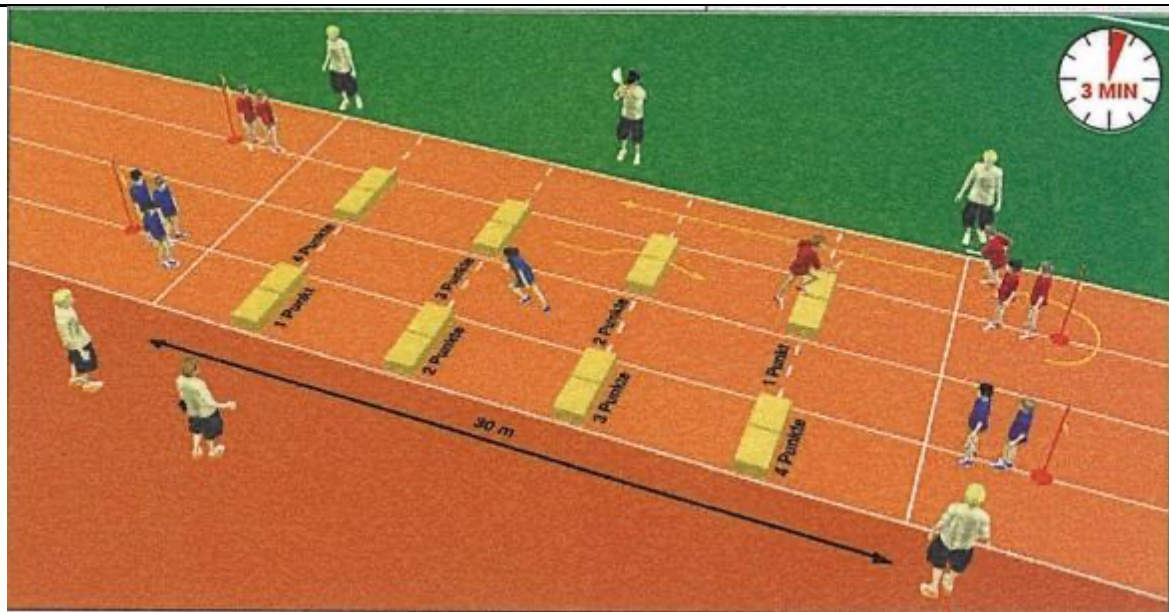


KiLA-Cup 19.11.2023 Stationsbeschreibung

Änderungen vor Ort möglich

U8, U10 und U12 – 30m-Hindernis-Staffel



Teilnehmer Das ganze Team nimmt teil – die Kinder verteilen sich gleichmäßig auf beiden Seiten des Parcours

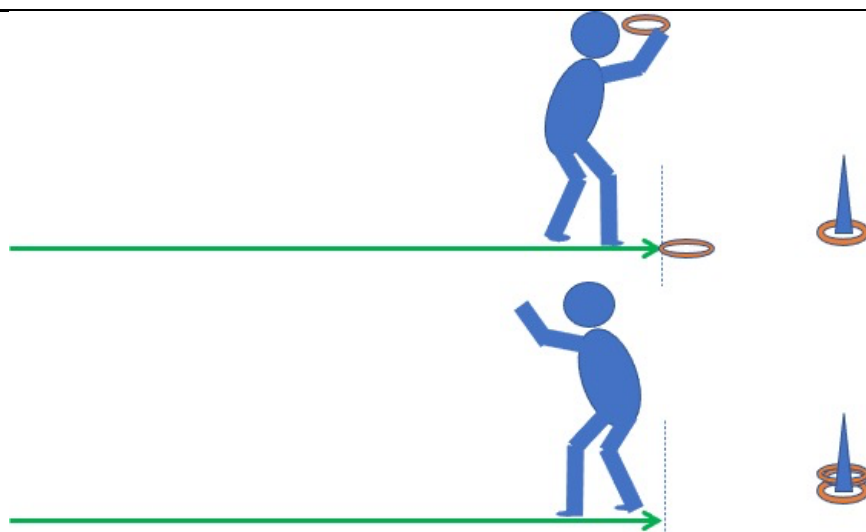
Durchführung In 3 Minuten wird eine möglichst große Strecke eines Parcours aus 30m-Hindernis- und Flachstrecke absolviert. Gestartet wird auf der Hindernisstrecke Die Übergabe erfolgt mit einem Tennisring von hinten, d.h. es wird eine Stange umlaufen.

Wertung Es gibt jeweils 1 Punkt für das Überlaufen eines jeden Hindernisses sowie auf der Flachstrecke für das Vorbeilaufen an jedem Hindernis

KiLA-Cup 19.11.2023 Stationsbeschreibung

Änderungen vor Ort möglich

U8, U10, U12 – Teambiathlon - Ringewerfen



Teilnehmer 6 Kinder pro Team nehmen teil

Durchführung Die Kinder starten einzeln über eine Strecke von ca. 30m – am Ende müssen 3 Ringe auf Hütchen geworfen werden. Bei einem Fehlwurf wird der Ring selbst geholt und erneut geworfen. Wenn alle 3 Ringe getroffen wurden, wird die Strecke wieder zurückgelaufen und der Staffelstab an den nächsten Teilnehmer übergeben
Die Übergabe des Staffelstabes erfolgt von vorn.

Strafübung keine

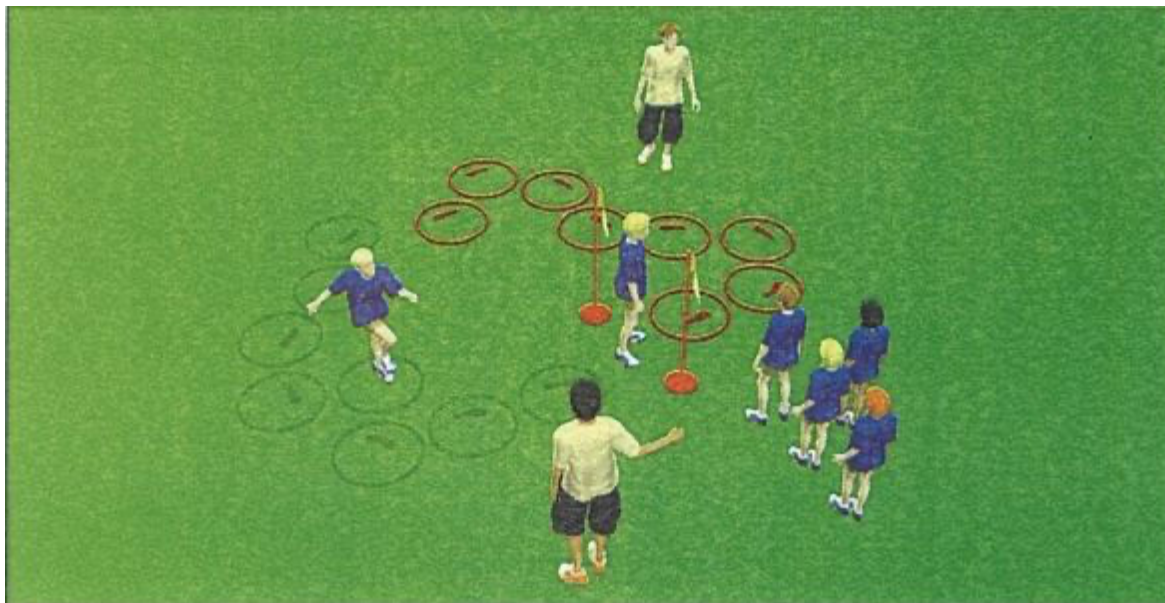
Wertung Gewertet wird die Gesamtzeit pro Team

Hinweis Geworfen wird mit Ringen (\varnothing ca.25cm) – der Abstand zwischen Abwurflinie und Hütchen beträgt 1m (U8); 1,5m (U10) und 2m (U12)

KiLA-Cup 19.11.2023 Stationsbeschreibung

Änderungen vor Ort möglich

U8 – Einbeinhüpf-Staffel

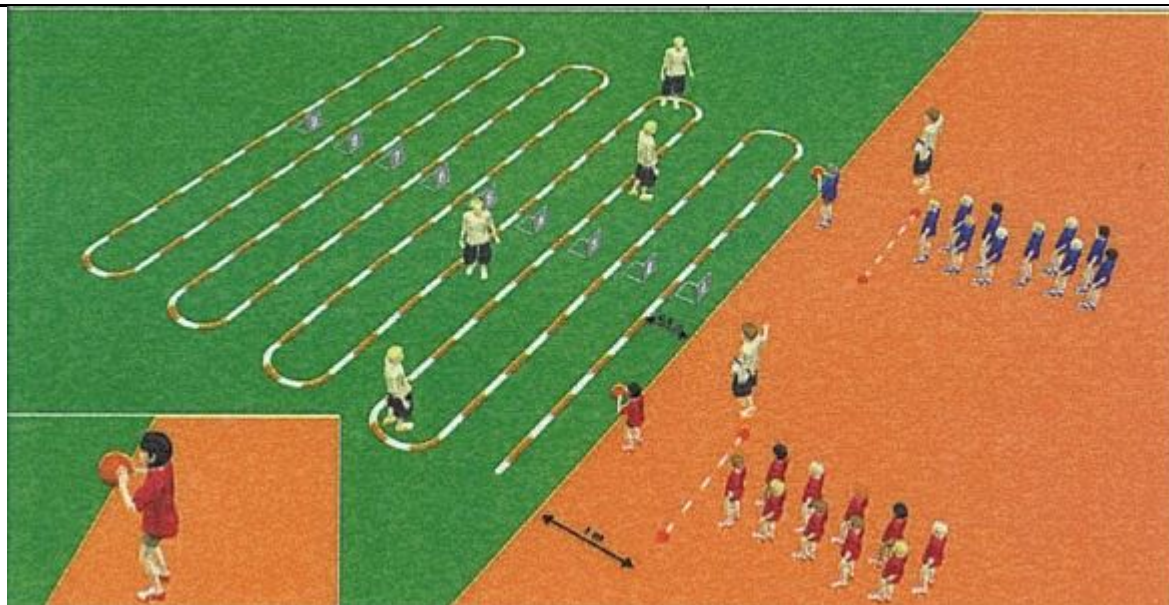


Teilnehmer	Jedes Team hat 2 Staffelseruche (alle Kinder nehmen teil)
Durchführung	Jede Staffel hat insgesamt 3 Minuten Zeit, so viele korrekte Reifensprünge wie möglich zu erzielen. Durch Abschlagen wird das nächste Kinder auf die Reifenbahn geschickt.
Wertung	Gewertet wird das bessere Ergebnis der beiden Durchgänge Korrekte einbeinige Sprünge werden mit einem Punkt bewertet Fehlerhafte Sprünge, d.h. eine Bodenberührung außerhalb und innerhalb des Reifens gilt als Fehler

KiLA-Cup 19.11.2023 Stationsbeschreibung

Änderungen vor Ort möglich

U8 – beidarmiges Stoßen

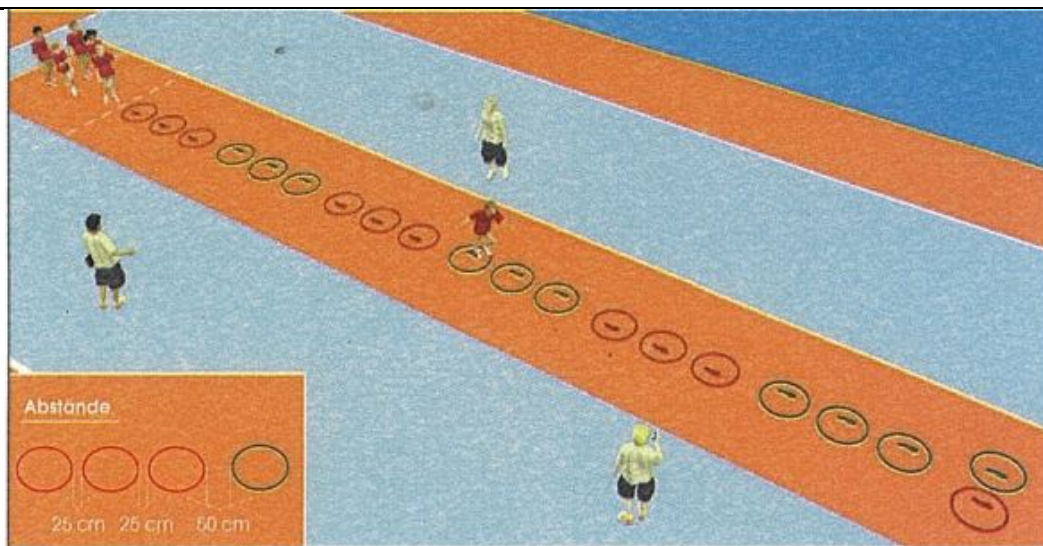


Teilnehmer	Jedes Teammitglied nimmt teil und hat 4 Versuche
Durchführung	Jedes Kind stößt mit einem 1kg-Medizinball frontal Richtung Ziel Ziel Der Ball wird dabei beidhändig aus Parallel- oder Schrittstellung gestoßen Jedes Kind macht 2 Versuche hintereinander und stellt sich dann für die nächsten 2 Versuche in die Reihe
Wertung	Die Zone, in der der Medizinball aufkommt, bestimmt die Anzahl der erreichten Punkte Pro getroffene Zone gibt es 1 Punkt – Zone 1 = 1 Punkt usw. Der Stoß ist gültig, wenn die Abwurflinie nicht übertreten wird Pro Kind werden die 3 besten Ergebnisse addiert – 1 Streichergebnis Die Einzelergebnisse der 6 besten Kinder werden addiert

KiLA-Cup 19.11.2023 Stationsbeschreibung

Änderungen vor Ort möglich

U10 – Wechselsprünge



Teilnehmer Jedes Teammitglied nimmt teil und hat 4 Versuche

Durchführung 12 Reifen (in 2 verschiedenen Farben) werden schnellstmöglich im Rhythmus (z.B. li-li-li-re-re-re-li-li-li-re-re-re) durchsprungen.

Die Zeit wird angehalten, sobald das Kind beidbeinig-parallel in 2 weiteren Reifen landet

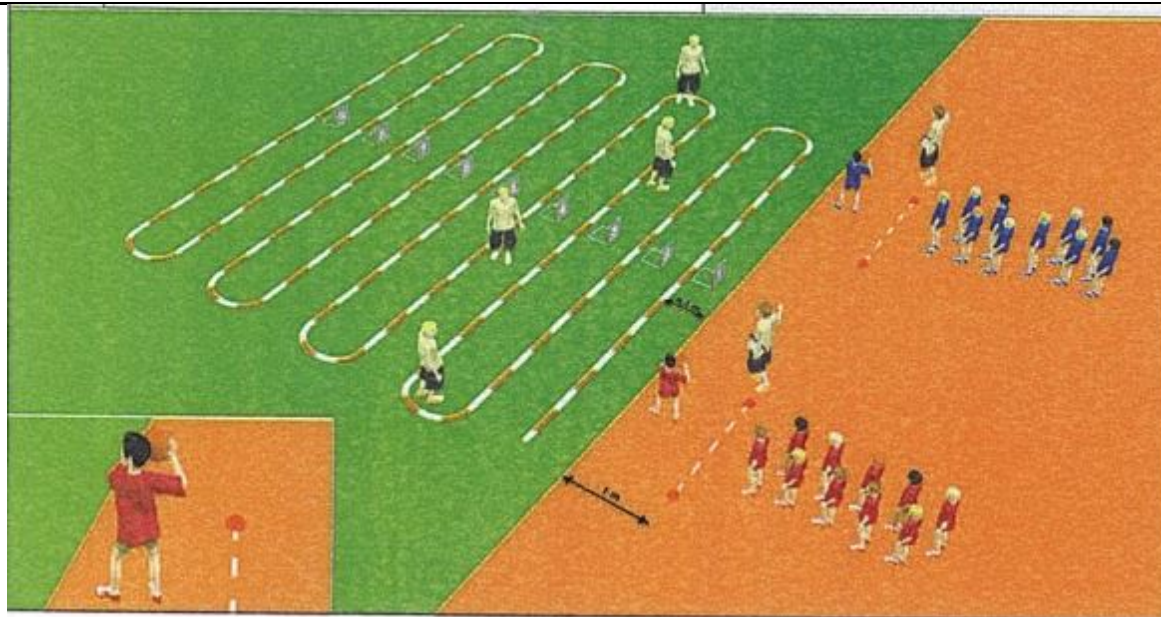
Wertung Ermittelt wird zuerst die individuelle Zeit eines Kindes aus den 3 besten Versuchen – die 6 besten Einzelzeiten werden zum Teamergebnis addiert

Ein Fehler (z.B. Berührung des Reifen oder falsches Bein) wird mit einer Strafzeit von 0,5 Sekunden belegt – die max. Fehleranzahl beträgt 10, d.h. max. 5 Sekunden Strafzeit

KiLA-Cup 19.11.2023 Stationsbeschreibung

Änderungen vor Ort möglich

U10 – Medizinball - Stossen



Teilnehmer Jedes Teammitglied nimmt teil und hat 4 Versuche

Durchführung Jedes Kind stößt den, mit **beiden Händen** gehaltenen, 1kg-Medizinball aus der **seitlichen Stoßauslage** in Richtung markierte Zonen

Jedes Kind macht 2 Versuche hintereinander und stellt sich dann für die nächsten 2 Versuche in die Reihe

Wertung Die Zone, in der der Medizinball aufkommt, bestimmt die Anzahl der erreichten Punkte
Pro getroffene Zone gibt es 1 Punkt – Zone 1 = 1 Punkt usw.
Der Stoß ist gültig, wenn die Abwurflinie nicht übertreten wird
Pro Kind werden die 3 besten Ergebnisse addiert – 1 Streichergebnis
Die Einzelergebnisse der 6 besten Kinder werden addiert

KiLA-Cup 19.11.2023 Stationsbeschreibung

Änderungen vor Ort möglich

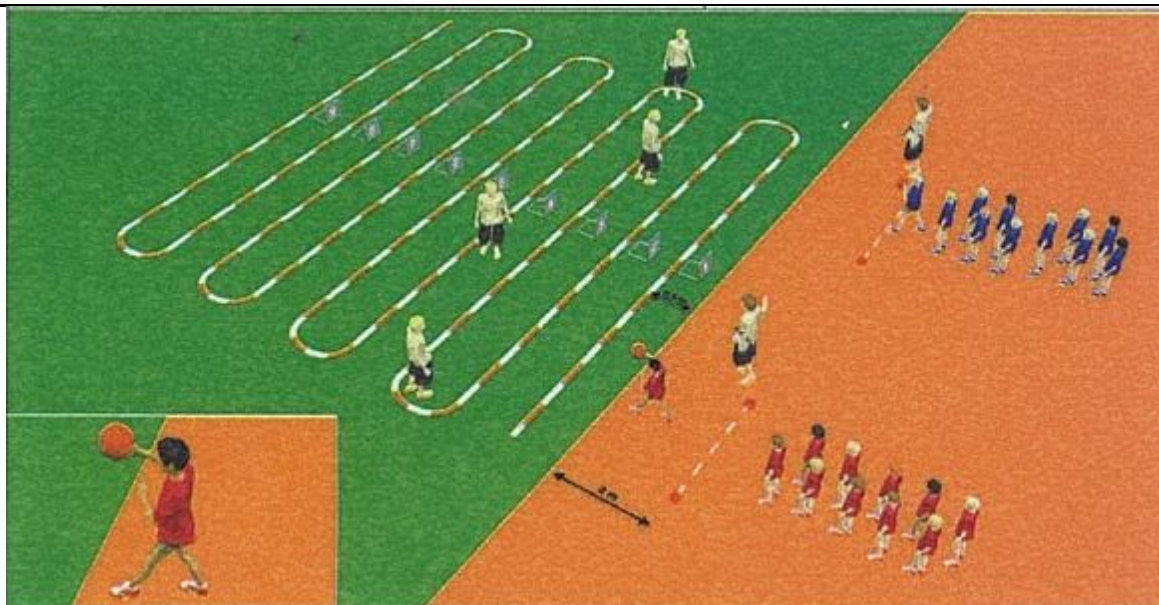
U12 – Additions-Standweitsprung

Teilnehmer	Jedes Teammitglied nimmt teil und hat 4 Sprünge
Durchführung	<p>Der Absprung erfolgt ohne Anlauf mit beiden Füßen von einer Absprungrinie. Die Zehen dürfen nicht übergreifen. Die Fußstellung muss parallel und auf gleicher Höhe und ebenerdig mit der Landung sein.</p> <p>In der Vorbereitungsphase darf man vorwärts und rückwärts Schwung holen und dabei Fersen und Fußspitzen abwechselnd vom Boden heben.</p> <p>Gewertet wird die entsprechende Punktzahl der Zone, in der sich der hinterste Eindruck des Niedersprung befindet.</p> <p>Die Anlage muss nach vorne heraus verlassen werden</p>
Wertung	<p>Pro „Landezone“ gibt es 1 Punkt – eine Zone entspricht 30cm</p> <p>Pro Kind werden die 3 besten Ergebnisse addiert – 1 Streichergebnis</p> <p>Die Einzelergebnisse der 6 besten Kinder werden addiert</p>

KiLA-Cup 19.11.2023 Stationsbeschreibung

Änderungen vor Ort möglich

U12 – Medizinball - Stossen



Teilnehmer Jedes Teammitglied nimmt teil und hat 4 Versuche

Durchführung Jedes Kind stößt den, mit **beiden Händen gehaltenen, 1,5kg-Medizinball** aus der **seitlichen Stoßauslage** in Richtung markierte Zonen

Jedes Kind macht 2 Versuche hintereinander und stellt sich dann für die nächsten 2 Versuche in die Reihe

Wertung Die Zone, in der der Medizinball aufkommt, bestimmt die Anzahl der erreichten Punkte
Pro getroffene Zone gibt es 1 Punkt – Zone 1 = 1 Punkt usw.
Der Stoß ist gültig, wenn die Abwurflinie nicht übertreten wird
Pro Kind werden die 3 besten Ergebnisse addiert – 1 Streichergebnis.
Die Einzelergebnisse der 6 besten Kinder werden addiert