

42. Laubegaster Athletiktest

Termin: Samstag der 09.03.2019
Ort: Bootshaus KVL Dresden, Laubegaster Ufer 35, 01279 Dresden
Beginn: 9.00 Uhr - Treff 8.15 Uhr kurze Besprechung
Preise: Urkunden für alle Teilnehmer nach Jahrgängen
Ende: spätestens 14:00 Uhr

Meldungen bitte bis 16.02.19 - mit Vorname Nachname und Jahrgang (Excel erwünscht)

Veranstalter/ Meldeanschrift: Kanuverein Laubegast Dresden
 Laubegaster Ufer 35
 01279 Dresden

oder E-Mail: rennsport@kvl-dresden.de

| Altersklasse | BZ | BD | Liegestütze | Lauf | Sprint | Geschicklichkeit |
|---|-----------------------------------|---|-------------|------|--------|---|
| Schüler A Jg. 2005 Jg. 2006 | 2 min 22,5kg 17,5kg | 2 min 20kg 15 kg | 60 sec | 800m | 30m | Gewandheitslauf Geschicklichkeitsübung |
| Schülerinnen A Jg. 2005 Jg. 2006 | 2 min 20kg 17,5kg | 2 min 17,5kg 15kg | 60 sec | 800m | 30m | Gewandheitslauf Geschicklichkeitsübung |
| Schüler B Jg. 2007 Jg. 2008 | 1,5 min 15kg 60 sec ½ KZ | 1,5 min 12,5kg 60 sec RH _{RL} | 60 sec | 800m | 30m | Gewandheitslauf Geschicklichkeitsübung |
| Schülerinnen B Jg. 2007 Jg. 2008 | 1,5 min 15kg 60 sec ½ KZ | 1,5 min 12,5kg 60 sec RH _{RL} | 60 sec | 800m | 30m | Gewandheitslauf Geschicklichkeitsübung |
| Schüler/innen C Jg. 2009/10 | 60 sec ½ KZ | 60 sec RH _{RL} | 60 sec | 800m | 30m | Gewandheitslauf Geschicklichkeitsübung |
| Schüler/innen D ab Jg. 2011 | 60 sec Seil | 60 sec RH _{RL} | 60 sec | 400m | 30m | Gewandheitslauf Geschicklichkeitsübung |

Wertung:

Schüler A – B BZ/BD/Lauf/Sprint/LS - Bestwert in jeder Altersklasse = 100%
 Gewandheitslauf/Geschicklichkeitsübung - Zeitschnellste = 100%

Schüler C ½ KZ/ RH_{RL} / LS/ Lauf/ Sprint - Bestwert in jeder Altersklasse = 100%

Schüler D Seil / LS / RH_{RL} / Sprint / Lauf / GWHL – Einzelwertung,
 je Bestwert im Jahrgang 100%

! Liegestütze am Boden - Beugen der Arme bis das Kinn die Matte berührt (Abstand Boden-Matte ca.5cm) und sofortige Streckung der Arme - Kopf, Rumpf und Beine bilden eine Gerade – gezählt wird die maximale fehlerfreie Anzahl!

Startgeld: 1,50 EURO (pro **gemeldeten** Sportler, Abmeldung bis 06.03.2019 möglich)

Mittagessen für 3,00 EURO - Nudeln, Wurst, Tomatensoße und Käse

Bedarf bitte bei der Meldung mit angeben!

Hinweise: - bitte pro Verein ein Riegenführer bereitstellen
 - Kinder über das Verhalten auf öffentlichen Straßen, in der Turnhalle und im Kraftraum belehren
 - der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Unfälle und Folgeschäden

Rita Kieschnick / Rennsportwart Kanuverein Laubegast e. V.