

Saisonabschluss des Apoldaer Leichtathletikvereins

Wann? 03.07.2019, ab 16 Uhr

Wo? Apoldaer Hans-Geupel-Stadion

Was? Sportabzeichen, Mitgliederversammlung und fröhliches Beisammensein

Ablauf Sportabzeichen

Ab 16 Uhr, aber gern auch später im Zeitraum bis 18 Uhr, können Eltern, Geschwister und natürlich unsere Athleten das Deutsche Sportabzeichen absolvieren. In den Kategorien Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Koordination muss zum Erreichen des Sportabzeichens je eine Disziplin erfolgreich geschafft werden. Wir bieten dabei die in der Tabelle aufgelisteten Disziplinen an. Mitzubringen sind außer Sportsachen, nur gute Laune und jede Menge Motivation. Alle Informationen zu den Leistungsanforderungen und den Disziplinen teilen wir Euch vor Ort mit, für die Vorbereitung findet ihr sie auch unter: <https://www.deutsches-sportabzeichen.de/>

Die Kinder sollen die Stationen selbständig absolvieren, sodass die Begleitung durch einen Erwachsenen den Ablauf erleichtern würde, sollte Euch dies aus organisatorischen Gründen nicht möglich sein, werden Eure Kinder natürlich trotzdem betreut.

Im Anschluss wartet ab 18.30 Uhr auf jeden Teilnehmer ein kleiner Snack und 19 Uhr startet dann die Mitgliederversammlung.

Disziplinen

	Kinder/Jugendliche	Erwachsene
Ausdauer	800m-Lauf Dauerlauf	3.000m-Lauf
Kraft	Schlagball/Wurfball Standweitsprung	Medizinball Standweitsprung
Schnelligkeit	Sprint (6-9 Jahre 30m, 10-13 Jahre 50m, ab 13-17 Jahre 100m)	Laufen (18-40 Jahre 100m, ab 40 Jahre 50m)
Koordination	Weitsprung Schleuderball Seilspringen	Weitsprung Schleuderball Seilspringen