

Jochen-Appenrodt-Pokal 2025

Liebe Sportfreunde,

nachfolgend erhaltet ihr die Ausschreibung des Jochen-Appenrodt-Pokals. Das Reglement und die einzelnen Disziplinen sind an das Wettkampfsystem Kinderleichtathletik angepasst. Der Jochen-Appenrodt-Pokal ist ausgeschrieben für die Altersklasse U12.

Die Durchführung der einzelnen Disziplinen richtet sich nach den Vorgaben aus den Disziplinkarten, die durch den Deutschen Leichtathletik-Verband 2020 überarbeitet herausgegeben wurden. Wir verweisen bei den einzelnen Disziplinen auf die in den jeweiligen Disziplinkarten beschriebenen Regeln und Vorgaben, die grundsätzlich verbindlich einzuhalten sind. Abweichungen und Modifikationen werden hier punktuell beschrieben und haben für den Jochen-Appenrodt-Pokal (Vorrunden und Finale) einen verbindlichen Charakter.

Vorrunden/ Qualifikation für das Finale (NEU!)

Bis zum **06. April 2025** müssen alle interessierten Vereine, die am JAP 2025 teilnehmen möchten, sich bei ihrem jeweiligen Regionsjugendausschuss melden. Nicht vorangemeldete Mannschaften können nicht an den Vorrunden teilnehmen und sich für das Finale qualifizieren.

<p>Region Nord:</p> <p>Paul Rücker</p> <p>paul.ruecker@lvn-nord.de</p>	<p>Region Mitte:</p> <p>Luisa Sophie Lantermann</p> <p>luisa.lantermann@lvn-mitte.de</p>
<p>Region Südwest:</p> <p>Anja Deckers</p> <p>anja.deckers@lvn-suedwest.de</p>	<p>Region Südost:</p> <p>Simon Delzepich</p> <p>Jugend@lvn-suedost.de</p>

Anhand der Anzahl der gemeldeten Mannschaften, die Interesse zeigen am JAP teilzunehmen, wird ein Verteilerschlüssel (Anzahl der Mannschaften, die sich pro Region für das Finale qualifizieren) festgelegt und die Anzahl der Vorrunden für jede Region bestimmt. Ggf. kann die Vorrunde entfallen und die gemeldeten Mannschaften sind direkt für das Finale qualifiziert. Können qualifizierte/gemeldete Mannschaften nicht am Finale teilnehmen, können weitere Mannschaften nachrücken.

Das Finale wird mit 20 Mannschaften durchgeführt. Der Vorjahressieger und der Ausrichter erhalten jeweils eine „Wild-Card“ und müssen sich nicht qualifizieren. Weitere 18 Plätze werden über die Regionen (Vorrunden) und entsprechend des Verteilerschlüssels vergeben.

Erläuterung: Mit der Aufstockung der Mannschaften wollen wir mehr Vereinen die Teilnahme am Finale ermöglichen. Der Verteilerschlüssel soll den Qualifikationsmodus „fairer“ gestalten. D.h. wenn in einer Region mehr Mannschaften an einer Vorrunde teilnehmen, sollen sich auch mehr Mannschaften für das Finale qualifizieren können! Melden Mannschaften ihr Interesse an, am JAP teilzunehmen und können an der Vorrunde oder dem Finale nicht teilnehmen, entstehen keine Konsequenzen.

Organisation

Teams

Ein Team besteht aus einer „gemischten“ Mannschaft, d.h. sowohl Mädchen als auch Jungen. In jeder Disziplin muss ein gemischtes Team aus mindestens 6 Kindern an den Start gehen. Ein Team besteht aus insgesamt mindestens 6 und höchstens 11 Mädchen und Jungen.

Teilnahmeberechtigt sind 2025 die Kinder der Jahrgänge 2014 & 2015 (sowie 2016).

Wertung

In jeder Disziplin können bis zu 11 Kinder an den Start gehen. Jeweils die besten 6 Kinder werden gewertet. Die Anzahl der Durchgänge in der jeweiligen Disziplin wird in den Wettkampfkarten genannt.

Disziplinen 2025

Die Disziplinauswahl ist auch in den Vorrunden verbindlich.

- 6 x 50m Hindernissprint-Staffel (Alle Kinder laufen!)
- Weitsprung
- Medizinballstoß (2 Kg)
- Stadioncross (1500 m)

Die Disziplinen werden in den nachfolgenden Disziplinkarten noch einmal genauer beschrieben. Zusätzlich wird es ja nach örtlicher Gegebenheit Stationsangebote geben, die freiwillig absolviert werden können.

Finale

Ort: Köln

Datum: 27. September 2025

Die Ergebnisse der Vorrunde(n) in den Regionen sowie die für das Finale qualifizierten Teams bitte bis spätestens Freitag, den 12. Juli 2025 an melanie.gosmann@lvnordrhein.de

Organisationsbeitrag

Der Organisationsbeitrag von 50,00 € pro Team wird mit der nächsten Vereinsrechnung bezahlt. Die Vorkämpfe werden regionsweise abgerechnet. Bitte die Ausschreibungen der Vorkämpfe in den Regionen beachten.

Kontakt

Imke Sumfleth

Beauftragte für Kinderleichtathletik

E-Mail: imke.leichtathletik@googlemail.com

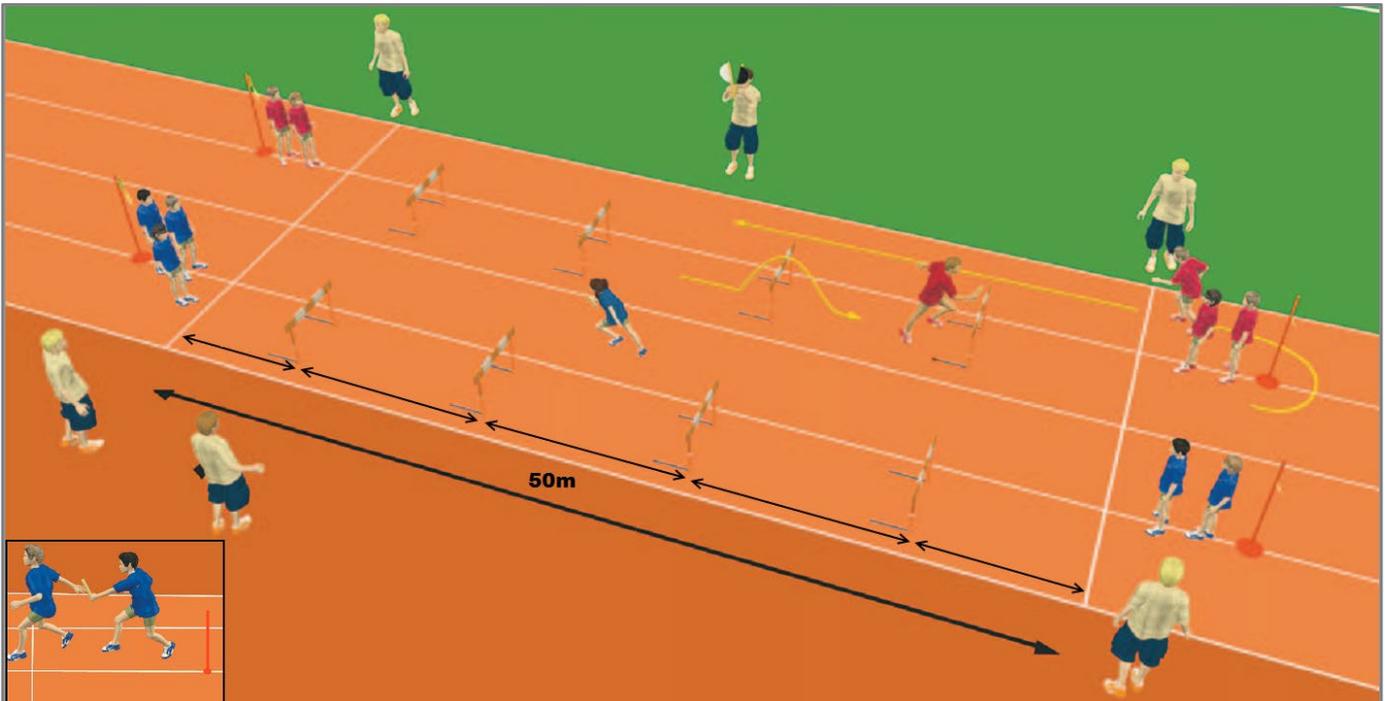
Melanie Gosmann

Referentin für Jugend

E-Mail: melanie.gosmann@lvnordrhein.de

Disziplinkarten

6 x 50m Hindernis-Sprintstaffel



**KURZBESCHREIBUNG/
ORGANISATION**

- **Ziel:** Die Kinder sollen in 6er Staffelteams eine **50-Meter Hindernis- und Flachsprintstrecke** absolvieren.
- 6 Kinder eines Teams bilden eine Staffel.
- Jede Staffel benötigt 2 nebeneinanderliegende Bahnen.
- Auf der Strecke stehen **5 „baugleiche“ Hindernisse** mit einer Höhe von 60cm (z. B. Kinder-Hürden) mit einem identischen Abstand (9m Anlauf und 7m zwischen den Hindernissen)

- Je 3 Kinder eines Teams stellen sich an den Startlinien der Hindernis- bzw. Flachsstrecke auf. Der 1. Läufer auf der Hindernisstrecke ist der Startläufer (dreiteiliges Startkommando: „Auf die Plätze! Fertig! Los!“).
- Startet der Startläufer voreilig, wird dies als individueller Fehlstart gewertet. Durch einen Rückschuss bzw. Pfiff wird der Start abgebrochen und der entsprechende Läufer wird kindgemäß ermahnt.
- Es werden Strafsekunden vergeben, wenn einem Hindernis seitlich ausgewichen wird (1 Sekunde), die gegenüberliegende Stange nicht umrundet wird (2 Sekunden), es bei versäumter Stangenumrundung zusätzlich zum Entgegenlaufen des übernehmenden Läufers kommt (3 Sekunden)

- Jeder Staffelläufer absolviert einmal die Flachsprint- und einmal die Hindernisstrecke. Somit ist der Läufer, der vor dem Start als letzter Läufer an der Hindernisstrecke steht, der Schlussläufer. Er trägt zur Kennzeichnung ein Parteiband o. Ä.
- Die Übergabe des Staffelstabes erfolgt von hinten: Der übergebende Läufer muss dazu eine Stange (3m hinter der Übergabelinie) umlaufen.
- Die Übergabe muss vor dem ersten Hindernis abgeschlossen sein. Dies gilt auch für den Wechsel vor dem Flachsprint.

WETTKAMPFHelfER (4 Teams)

- 1 Helfer: Ordner und Starter
- 2 Helfer: Zeitnehmer und Protokollführung
- 3 Helfer: Übergabekontrolleure und Aufstellen der Hindernisse und Vergabe von Strafsekunden

WERTUNG

- Welche Staffel ist die Schnellste über die Hindernis-Sprint-Strecke? – Die erzielte Laufzeit wird mit der der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.
- Es werden pro Mannschaft 2 Durchgänge durchgeführt. Die schnellere Zeit wird gewertet.

MATERIAL (3 Teams)

- 15 Kinder-Hürden, o.Ä. Höhe 60cm
- 6 Hindernisstangen/ Umlaufmale
- 3 Tennisringe (als Staffelstab)
- 3 Stoppuhren
- 1 Pistole (alternativ: Startklappe) und 1 Pfeife
- 3 Parteibänder

- Als „Staffelstäbe“ werden Tennisringe verwendet.
- Die Staffelübergabe erfolgt, wie in der Karte beschrieben, von hinten nach vorne aus dem Stand oder in der Bewegung.
- **Alle Kinder laufen. Es werden zwei Durchgänge durchgeführt. Der besser Durchgang wird gewertet.**

Medizinballstoß

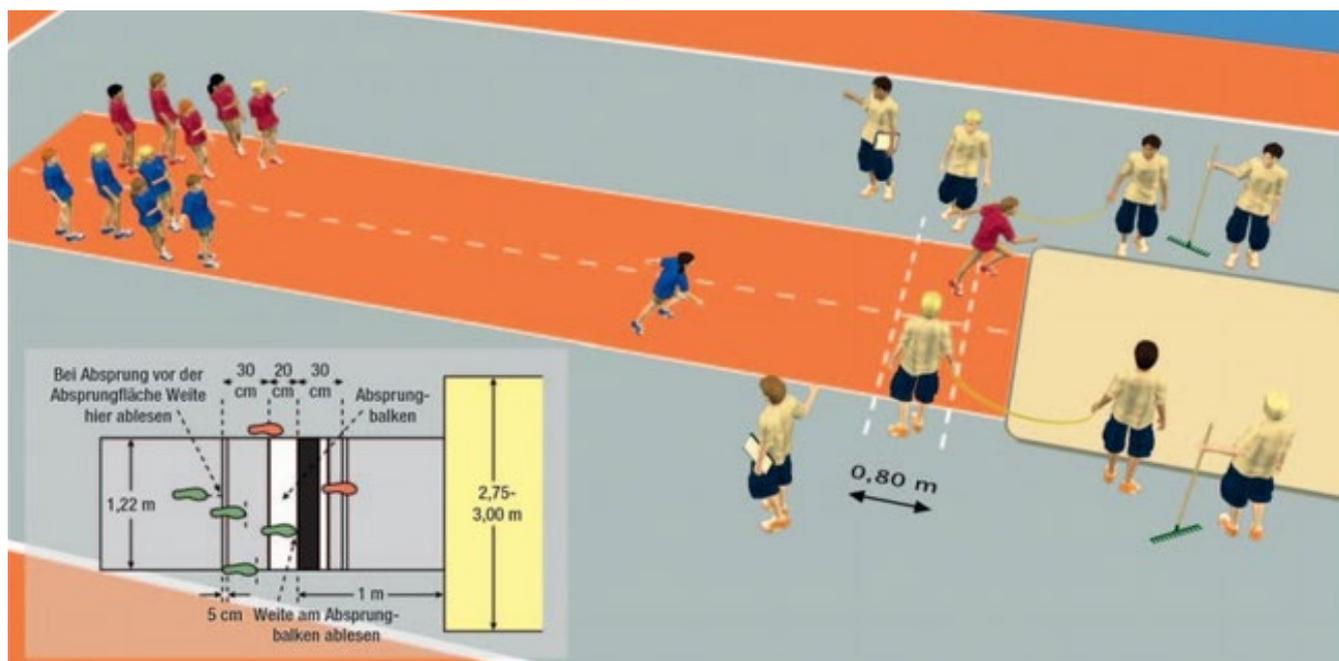


<p>KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ziel: Die Kinder sollen das Wettkampfgerät (Medizinball) aus dem 3-Schritt-Rhythmus möglichst weit stoßen. • Es werden beginnend an der Abstoßlinie, in einem 15 Meter langen Zielbereich jeweils 0,5 Meter breite Zonen markiert, in denen Punktetafeln aufgestellt werden (Zone 1 = 1 Punkt, Zone 2 = 2 Punkte usw.). Die Anlauf-länge wird mit Hütchen o.Ä. auf 2 Meter begrenzt. • Es wird mit einem Medizinball (2 Kg gestoßen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Kinder stoßen den mit beiden Händen fixierten Medizinball (Bsp. Rechtshänder: rechts Stoßhand; links: Stützhand) aus dem 3-Schritt-Rhythmus möglichst weit nach vorne. Die Zone in der das Gerät aufkommt, bestimmt die erreichte Punktzahl. • Geräte, die neben dem Zielfeld landen, werden in (gedachter) Verlängerung der jeweiligen Zone gewertet. • Der Stoß ist ungültig, wenn die Abstoßlinie oder das Zielfeld berührt wird oder das Wurfgerät hinter dem Ellenbogen desselben Arms ist. • Jedes Kind absolviert 2 Stöße direkt nacheinander, bevor es den Stoßbereich verlässt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Jedes Kind hat 4 Versuche. • Die 3 besten Versuche eines jeden Kindes werden addiert. Das Teamergebnis ergibt sich aus den Einzelergebnissen der 6 besten Kinder.
<p>WETTKAMPFHelfER (pro Anlage)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 Helfer: Ansage, Protokollführung und Kontrolle der Bewegungsausführung • 2 Helfer: Punkteermittlung und Zurückrollen der Medizinbälle 	<p>WERTUNG</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die 3 besten Versuche eines jeden Kindes werden addiert. • Die Einzelergebnisse der 6 besten Kinder werden dann zum Teamergebnis addiert, mit dem der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht. 	<p>MATERIAL (pro Anlage)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Medizinbälle (2 Kg) • Zielfeld (10x15m) • Begrenzungslinien (Hütchen o.Ä.) • Zonenmarkierungen • Punktetafeln, Hütchen, Maßband

Hinweis:

- Es wird mit 2Kg Medizinbällen gestoßen.
- Zur besseren Orientierung kann eine Markierung (Schaumstoffblock) An der Abstoßlinie aufgestellt werden, um ein übertreten zu verhindern.

Weitsprung



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- **Ziel:** Die Kinder sollen nach einem Anlauf (Anlauflänge freigestellt) aus einer vorgegebenen Absprungfläche heraus möglichst weit springen.
- Jedes Kind springt nach dem Anlauf einbeinig aus der markierten Absprungzone (Tiefe: 80cm) ab und landen möglichst beidbeinig in der Grube.
- Die Messung der Sprungweite erfolgt zentimetergenau jeweils von der Fußspitze des Absprungfußes bis zum nächstgelegenen Körperabdruck im Sand.
- Springt ein Kind vor der Absprungfläche ab, wird die Weite ab Beginn der Absprungfläche gemessen.
- Ein Versuch ist ungültig, wenn
 - Der Absprung nicht einbeinig ist
 - übertreten wird oder das Kind durchläuft
- ungültige Versuche werden mit einem X gekennzeichnet
- Jedes Kind hat 4 Versuche.
- Die 3 besten Versuche eines jeden Kindes werden addiert und bilden das Einzelergebnis

WETTKAMPFHELPER (pro Anlage)

- 1 Helfer: Protokollführung
- 2 Helfer: Absprungkontrolle und Messung
- 1 Helfer: Einebnen der Grube

WERTUNG

- Die 3 besten Versuche eines jeden Kindes werden addiert.
- Die Einzelergebnisse der 6 besten Kinder werden dann zum Teamergebnis addiert, mit dem der anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL (pro Anlage)

- 1 Sprunggrube
- Maßband
- 2 Besen/Rechen
- Markierungslinien (Zonenmarkierung)

Stadioncross



<p>KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ziel: Die Kinder sollen zum Abschluss des Wettkampftages ihre Ausdauerfähigkeit bei einem mit Hindernissen gespickten Stadionparcours beweisen und eine 2000m Strecke möglichst schnell bewältigen. • Gut sichtbar wird auf und neben der Sportanlage ein Laufparcours abgesteckt – verwinkelt und mit mehreren Richtungsänderungen: sowohl auf der Laufbahn, als auch im Innenraum und auch abseits der Bahn. • Vorhandene Hindernisse (wie Hochsprunganlagen) werden angemessen in die Laufstrecke integriert. Sicherheitsaspekte sind dringend zu 	<p>beachten.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Je nach Streckenlänge einer Laufrunde wird die Anzahl der zu absolvierenden Runden so festgelegt, dass eine Laufstrecke von 1500m bis 2500m entsteht. • Die Organisation des Laufs sollte so erfolgen, dass möglichst viele Teilnehmer in diesem Einzelwettbewerb zeitgleich an den Start gehen. • Die Kinder starten aus dem Hochstart auf das zweiteilige Kommando: „Auf die Plätze“, Startsignal. • Die Laufzeiten werden für jeden Läufer per Stoppuhr ermittelt und notiert (auf Zehntel gerundet). 	
<p>WETTKAMPFHELPER (pro Lauf)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 Helfer: Starter • 6 Helfer: Zeitnahme, Rundenzählen und Protokollführung • Helfer: Streckenposten 	<p>WERTUNG</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Teamergebnisse werden ermittelt, indem die 6 besten Laufzeiten eines Teams addiert, mit den anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht werden. 	<p>MATERIAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 Stoppuhr/en (Empfehlung: Druckeruhr) • zahlreiche Markierungshilfen (u.a. Hütchen, Absperrband, Hürden) • ggf. Hoch-/ Weitsprunganlagen • weitere geeignete Hindernisse • 1 Startpistole (alternativ: Startklappe) • 1 Pfeife

Hinweis:

- Die Streckenlänge beträgt ca. 2000m
- Zur Ermittlung der Laufzeiten können zwei separate Listen (ein Zeitenprotokoll, ein Einlaufprotokoll) geführt werden, die anschließend zusammengeführt werden.

Datenschutz und Haftung:

1. Der Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung bei Unfällen, Diebstählen oder sonstigen Schäden.
2. Die Teilnahmeregularien an Kinderleichtathletik-Veranstaltungen richten sich nach Anhang 4 der Deutschen Leichtathletik-Ordnung - Zusatzbestimmungen zu Kinderleichtathletik-Veranstaltungen.
3. Die bei der Anmeldung von Teilnehmer*innen angegebenen personenbezogenen Daten werden gespeichert und zu Zwecken der Durchführung und Abwicklung der Kinderleichtathletik- Veranstaltung verarbeitet (Art. 6 Absatz 1 lit. a DS-GVO). Mit der Anmeldung zur Veranstaltung willigen die Teilnehmer*innen oder deren Erziehungsberechtigte in die Verarbeitung der personenbezogenen Daten ein.
4. Name, Vorname, Altersklasse, Verein, Startnummer und Ergebnis (Platzierung und Zeiten) der Teilnehmer*innen können zur Darstellung von Start- und Ergebnislisten in allen relevanten veranstaltungsbegleitenden Medien (z.B. Ergebnislisten) abgedruckt bzw. veröffentlicht werden. Mit der Anmeldung willigen die Teilnehmer*innen oder deren Erziehungsberechtigten in eine Speicherung und Verwertung der personenbezogenen Daten zu diesem Zweck ein.
5. Gespeicherte, personenbezogene Daten können gegebenenfalls an einen kommerziellen Dritten zum Zweck der Zeitmessung, Erstellung der Ergebnislisten sowie der Einstellung dieser Listen ins Internet weitergegeben werden.
6. Die im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos und Filmaufnahmen der Teilnehmer*innen können für Verbands-, Presse- und Präsentationszwecke verwendet werden.
7. Die erziehungsberechtigten Personen der Teilnehmenden können der Weitergabe der personenbezogenen Daten jederzeit gegenüber dem Veranstalter schriftlich, per Telefax oder E-Mail widersprechen. (Jede betroffene Person hat das Recht auf Auskunft nach Art. 15 DS-GVO, das Recht auf Berichtigung nach Art. 16 DS-GVO, das Recht auf Löschung nach Art. 17 DS-GVO, das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung nach Art. 18 DS-GVO, das Recht auf Mitteilung nach Art. 19 DS-GVO sowie das Recht auf Datenübertragbarkeit nach Art. 20 DS-GVO. Darüber hinaus besteht ein Beschwerderecht bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde nach Art. 77 DS-GVO, wenn Sie der Ansicht sind, dass die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten nicht rechtmäßig erfolgt. Das Beschwerderecht besteht unbeschadet eines anderweitigen verwaltungsrechtlichen oder gerichtlichen Rechtsbehelfs. Sofern die Verarbeitung von Daten auf Grundlage Ihrer Einwilligung erfolgt, sind Sie nach Art. 7 DSGVO berechtigt, die Einwilligung in die Verwendung Ihrer personenbezogenen Daten jederzeit zu widerrufen.)