

Jochen-Appenrodt-Pokal 2026

Das Reglement sowie die Disziplinen orientieren sich am Wettkampfsystem der Kinderleichtathletik. Der JAP ist für die Altersklasse U12 ausgeschrieben.

Die Durchführung der Disziplinen folgt den Disziplinkarten des Deutschen Leichtathletik-Verbands (Stand 2020). Die dort festgelegten Regeln sind verbindlich. Abweichungen und Modifikationen für den JAP (Vorrunden und Finale) sind in diesem Dokument aufgeführt und ebenfalls verpflichtend.

Vorrunden / Qualifikation für das Finale

Vereine, die am JAP 2026 teilnehmen möchten, müssen sich bis zum 01.03.2026 beim jeweiligen Regionsjugendausschuss anmelden. Nicht angemeldete Teams können weder an den Vorrunden teilnehmen noch sich für das Finale qualifizieren.

Region Nord:

Paul Rücker – paul.ruecker@lvn-nord.de

Region Mitte:

Ina Garweg – ina.garweg@lvn-mitte.de

Region Südwest:

Sarah Kastenholz – sarah.kastenholz@lvn-suedwest.de

Region Südost:

Simon Delzepich – jugend@lvn-suedost.de

Auf Basis der gemeldeten Mannschaftszahlen wird ein Verteilerschlüssel festgelegt, der bestimmt, wie viele Teams sich pro Region für das Finale qualifizieren. Ebenso wird die Anzahl der Vorrunden je Region festgelegt. Falls die Meldelage gering ist, können Vorrunden entfallen und alle gemeldeten Mannschaften qualifizieren sich direkt.

Können qualifizierte oder gemeldete Teams nicht am Finale teilnehmen, rücken weitere Mannschaften nach.

Finale

Das Finale wird mit **20 Mannschaften** ausgetragen. Der Vorjahressieger und der Ausrichter erhalten jeweils eine **Wild-Card**. Die übrigen 18 Plätze werden über die Regionen nach dem festgelegten Verteilerschlüssel vergeben.

Hinweis: Mehr teilnehmende Teams in einer Region bedeuten mehr Qualifikationsplätze.

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 2026 die Kinder der Jahrgänge 2015 & 2016 (sowie 2017).

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 2026

Die Disziplinauswahl ist auch in den Vorrunden verbindlich.

- 6 x 50m Hindernissprint-Staffel
- Weitsprung
- Drehwurf
- 6 x 800m Verfolgungs-Staffel

Die Disziplinen werden in den nachfolgenden Disziplinkarten noch einmal genauer beschrieben.

Finale

Ort: Essen

Datum: 05. Juli 2026

Bitte beachtet den neuen Finalzeitraum, der aufgrund der Terminlage im September erstmalig vor den Sommerferien liegt!

Die Ergebnisse der Vorrunde(n) in den Regionen sowie die für das Finale qualifizierten Teams bitte bis spätestens Freitag, den 12. Juni 2026 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

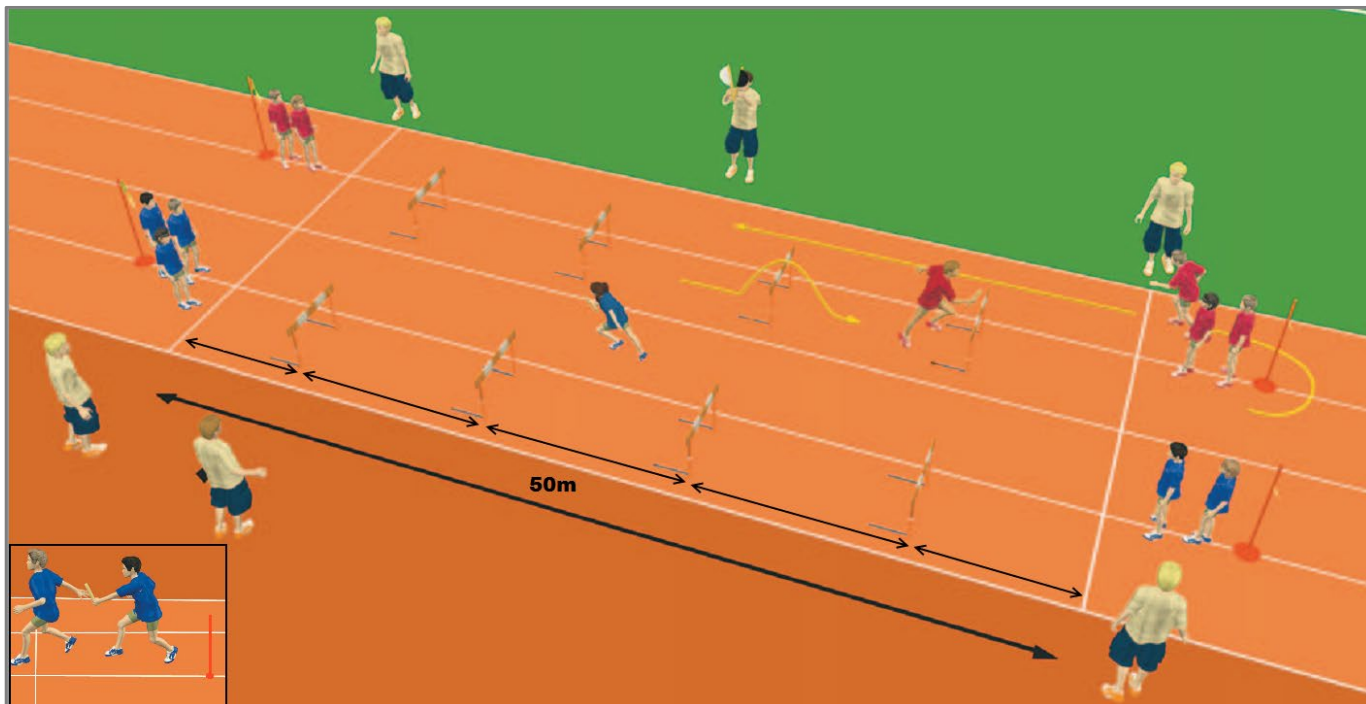
Melanie Gosmann

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. Flachstrecke 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.

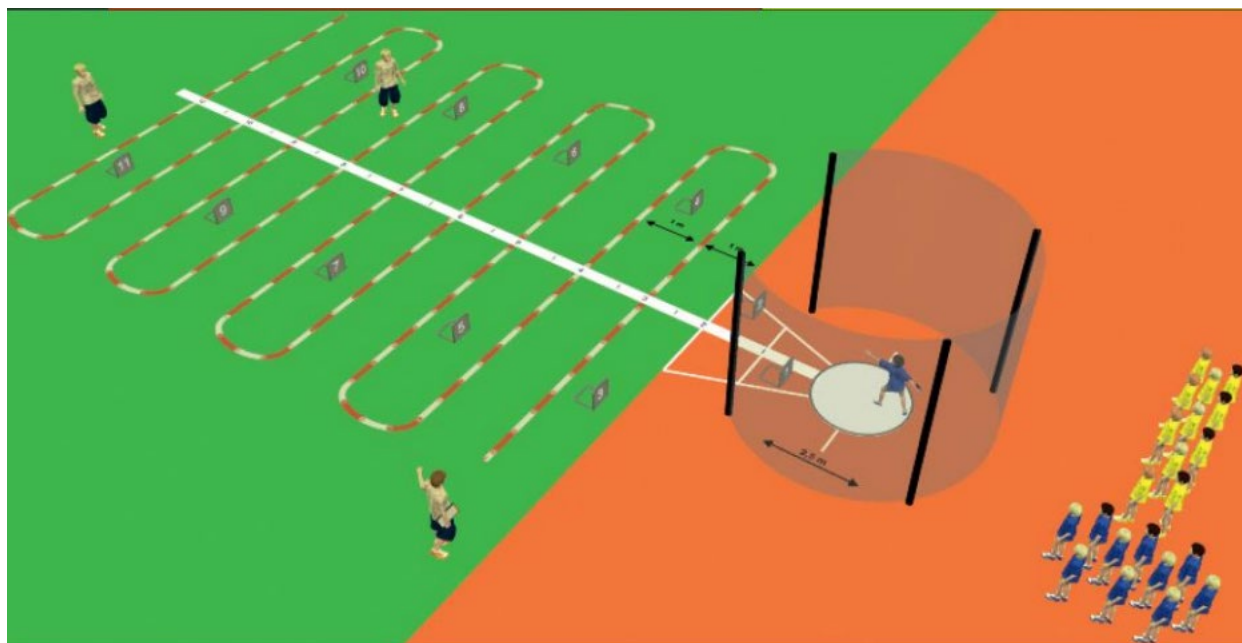
MATERIAL (3 Teams)

- 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

Hinweis:

- Als „Staffelstäbe“ werden Tennisringe verwendet.
- Die Staffelübergabe erfolgt, wie in der Karte beschrieben, von hinten nach vorne aus dem Stand oder in der Bewegung.
- Es werden zwei Durchgänge mit je 6 Kindern durchgeführt. Der bessere Durchgang geht in die Wertung ein. Alle Kinder einer Mannschaft müssen laufen, jedes Kind muss mindestens an einem der beiden Läufe teilnehmen!

Drehwurf



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- **Ziel:** Die Kinder sollen das Wettkampfgerät nach maximal 1,5 Drehung per Drehwurf aus der Wurfauslage möglichst weit werfen
- Es werden beginnend an Abwurfline, in einem 20 Meter langen Zielbereich jeweils 1 Meter breite Zonen markiert, in denen Punktetafeln aufgestellt werden (Zone 1 = 1 Punkt, Zone 2 = 2 Punkte usw.). Der Wurfbereich wird auf 2,5m begrenzt und mit einem Tor oder Wurfnetz gesichert. Nicht werfende Kinder warten hinter dem Sicherheitsnetz.

- Die Kinder werfen das Gerät nach maximal 1,5 Drehung aus der Wurfauslage per Drehwurf (freie Ausführung) möglichst weit in den Zielbereich
- Die Zone, in der das Wurfgerät aufkommt, bestimmt die erreichte Punktzahl. Auch Geräte, die neben dem Zielfeld aufkommen werden in (gedachter) Verlängerung der entsprechenden Zonenlinie gewertet.
- Der Wurf ist ungültig, wenn die Abwurfline übertreten wird.
- Jedes Kind absolviert 2 Stöße direkt nacheinander, bevor es den Stoßbereich verlässt.

- Jedes Kind hat 4 Versuche.

WETTKAMPFHELPER (pro Anlage)

- 1 Helfer: Ansage, Protokollführung und Kontrolle der Bewegungsausführung
- 2 Helfer: Punkteermittlung und Zurückrollen der Medizinbälle

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.

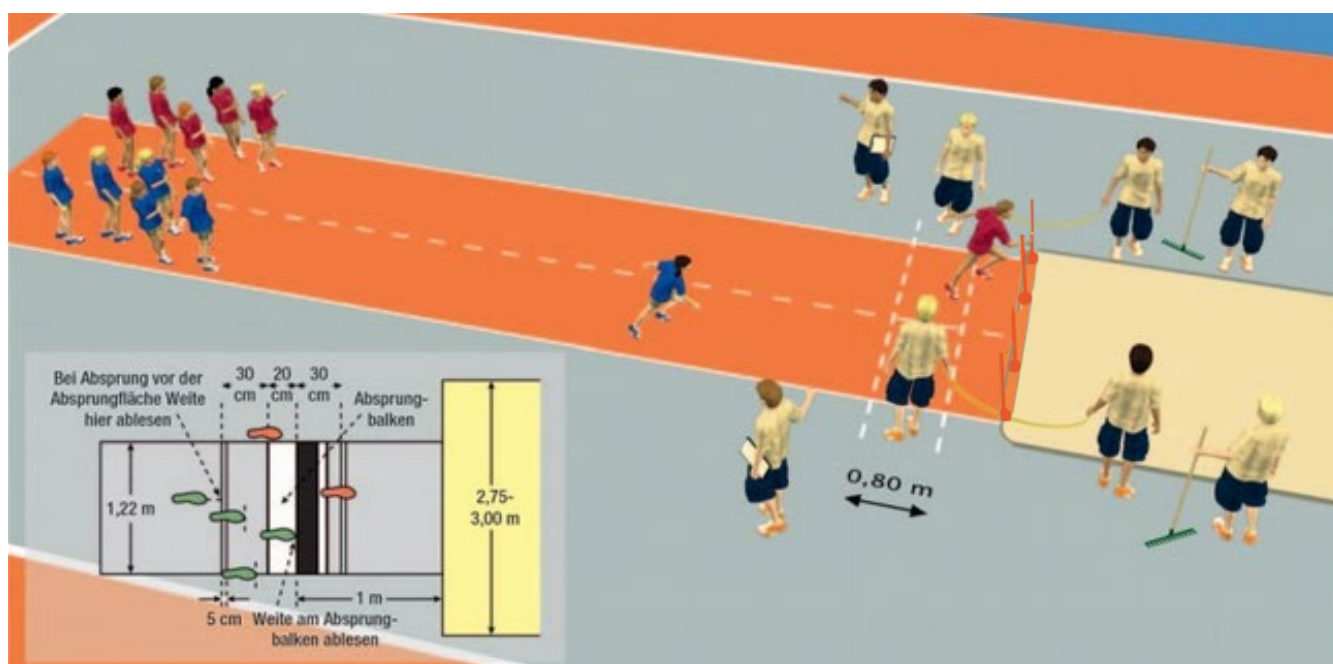
MATERIAL (pro Anlage)

- Wurfgerät: Finale Kinderdiskus (500g). In den Vorrunden kann ein anderes Wurfgerät verwendet werden.
- Zielfeld (15x20m)
- Begrenzungslinien (Hütchen o.Ä.)
- Zonenmarkierungen
- Punktetafeln, Hütchen, Maßband

Hinweis: Vorgesehenes Wurfgerät Finale: Kinderdiskus (500g) – evtl. Anpassungen auf Grund der örtlichen Gegebenheiten werden frühzeitig mitgeteilt!

In den Vorrunden kann ein einheitliches anderes Wurfgerät für den Drehwurf verwendet werden. Dieses muss mit der Ausschreibung zur Vorrunde mitgeteilt werden.

Weitsprung



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- **Ziel:** Die Kinder sollen nach einem Anlauf (Anlauflänge freigestellt) aus einer vorgegebenen Absprungfläche heraus über eine Höhenorientierung (60cm) 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
 - der Höhenorientierung bei einem Sprung herunterfällt.
- 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)
- Höhenorientierer (60cm)

Hinweis:

Es wird über eine Höhenorientierung (60cm) gesprungen, die am Anfang der Sandgrube aufgebaut ist. Aus Sicherheitsgründen muss die Höhenorientierung so aufgebaut werden, dass das Hindernis umfällt bzw. die Stange herunterfällt, sollte die Höhe von 60cm nicht übersprungen werden.

6 x 800 m Verfolgungs-Staffel



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- **Ziel:** Die Kinder sollen zum Abschluss des Wettkampftages ihre Ausdauerfähigkeit im Rahmen einer 6 x 800m Staffel unter Beweis stellen.
- Die Startreihenfolge entspricht dem Zwischenstand
- Je 6 Kinder bilden ein Staffelteam, jedes Staffelteam transportiert einen Staffelstab auf der Stadionrunde.
- Der Start erfolgt aus dem Hochstart an der Startlinie.
- **Vor dem Start dieser letzten Disziplin wird zunächst der Gesamtpunktestand aller Team ermittelt. Entsprechend der Reihenfolge startet das führende Team zuerst, der jeweilige Abstand der folgenden Teams entspricht der Differenz der bisher erzielten Punkte (Gundersen-Methode)**

- 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).
- Für die Bestimmung des Siegers ist die Einlaufreihenfolge der Teams entscheidend.

WETTKAMPFHelfER (pro Lauf)

- 1 Helfer: Starter
- 5 Helfer: Ordner (Startablauf und Rundenzähler)
- Helfer: Zeitnahme

WERTUNG

- Welche Mannschaft erreicht als erste das Ziel und gewinnt damit die Tageswertung?
- Die Einlaufplatzierung der Staffeln sind zugleich das Endergebnis in der Teammehrkampfwertung

MATERIAL

- 1 Stoppuhr/en
- 1 Startpistole (alternativ: Startklappe)
- 1 Pfeife
- 1 Staffelstab pro Team
- Markierungen pro Team

Hinweis:

Die Teilnehmer jedes Staffelteams werden farblich markiert und entsprechend ihrer Startreihenfolge mit den Startnummern (1-6 markiert)

Datenschutz und Haftung:

1. 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 Teilnehmern 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 oder deren Erziehungsberechtigte in die Verarbeitung der personenbezogenen Daten ein.

a. Verantwortlicher für die Datenverarbeitung

Leichtathletik-Verband Nordrhein, Friedrich-Alfred-Allee 25, 47055 Duisburg (lvnordrhein@lvn-sport.de)

b. Art der Datenverarbeitung

Wir als Veranstalter erhalten die Daten von den Vereinen. Während der Sportveranstaltung erfassen wir Leistungsdaten und ordnen sie zu den personenbezogenen Daten zu.

c. Zwecke und Rechtsgrundlagen der Datenverarbeitung

Die Daten werden zu den folgenden Zwecken und aufgrund folgender Rechtsgrundlagen verarbeitet:

- Organisation und Durchführung von Wettkämpfen: Die Rechtsgrundlage hierfür ist Art. 6 Abs. 1 lit. f DSGVO (Berechtigtes Interesse).
- Führen von Ergebnislisten

d. Datenarten

Folgende personenbezogene Daten werden erhoben und verarbeitet:

- Vorname
- Nachname
- Verein
- Alter
- Ergebnisse

e. Empfänger der Daten

Die Daten werden nur im erforderlichen Umfang und nur bei Notwendigkeit an die zuständigen Sportsorganisationen und Partner übermittelt.

f. Speicherdauer

Die Daten werden nur so lange gespeichert, wie dies für die jeweiligen Zwecke erforderlich ist. Bestehen die gesetzlichen Aufbewahrungsfristen, erfolgt die Löschung der Daten nach deren Ablauf.

g. Rechte der Betroffenen und Erziehungsberechtigten

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.)

h. Beim Auskunfts- und beim Lösungsrecht gelten die Einschränkungen nach den §§ 34 und 35 BDSG.

i. Darüber hinaus besteht ein Beschwerderecht bei einer zuständigen Datenaufsichtsbehörde (Artikel 77 DSGVO, § 40 BDSG)