

U10 Cup 2025

Liebe Sportfreunde,

nachfolgend erhaltet ihr die Ausschreibung und eine Arbeitshilfe für die Teilnahme und Ausrichtung des U10 Cups im Jahr 2025.

Die Durchführung der einzelnen Disziplinen richtet sich nach den Vorgaben aus den 2020 gültigen Disziplinkarten, die durch den Deutschen Leichtathletik-Verband überarbeitet und 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 U10 Cup einen verbindlichen Charakter.

Teilnahmerecht

Teilnahmeberechtigt sind Mannschaften (Altersklasse U10) der Vereine im LVN-Verbandsgebiet.

Die Anmeldung für die Finalrunde erfolgt über die LVN-Geschäftsstelle. Für die Finalrunde werden **20 Teams** zugelassen. Die Auswahl der Mannschaft erfolgt nach den folgenden Kriterien:

- bei 20 oder weniger Mannschaften können alle gemeldeten Teams im Finale antreten
- bei mehr als 20 Mannschaften wird pro Verein nur eine Mannschaft zugelassen; Vereine, die bereits an einem KiLA-Sportfest teilgenommen haben (Nachweis erforderlich) werden bevorzugt.

Finale

Die Sieger des U10 Cups werden in diesem Jahr in **einer** zentralen Veranstaltung ermittelt. Die Aufteilung in Nord- und Südrunde entfällt.

Das Finale findet am Samstag, 13.09.2025 in Duisburg (Eintracht Duisburg) statt.

Meldeschluss

Meldeschluss für die Meldungen der Mannschaften ist der **03. August 2025**. Der Termin für die namentlichen Meldungen wird mit der Einladung bekanntgegeben.

Die Meldungen gehen an die LVN-Geschäftsstelle:

melanie.gosmann@lvnordrhein.de

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 im Jahr 2025 die Kinder der **Jahrgänge 2016 & 2017 (sowie 2018)**.

Wertung

In den Disziplinen können bis zu 11 Kinder an den Start gehen, wobei jeweils die besten 6 Kinder gewertet werden. In jeder Disziplin müssen mind. ein Junge und mind. ein Mädchen an den Start gehen. Die Anzahl der Durchgänge in der jeweiligen Disziplin wird in den Disziplinkarten genannt.

Disziplinen

- 40m Hindernissprint-Staffel (**Alle Kinder laufen!**)
- Weitsprung in die Zone
- Schlagwurf (**Flutterball**)
- Stadioncross (**1.200m**)

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

Zusätzlich wird es zwei Stationsangebote geben, die freiwillig absolviert werden können:

- 20m fliegend
- vertikal Sprung

Organisationsbeitrag

Der Organisationsbeitrag von 40 € pro Team wird mit der nächsten Vereinsrechnung eingezogen.

Kontakt

Melanie Gosmann

Referentin für Jugend

Tel.: +49 174 2576156

E-Mail: melanie.gosmann@lvnordrhein.de

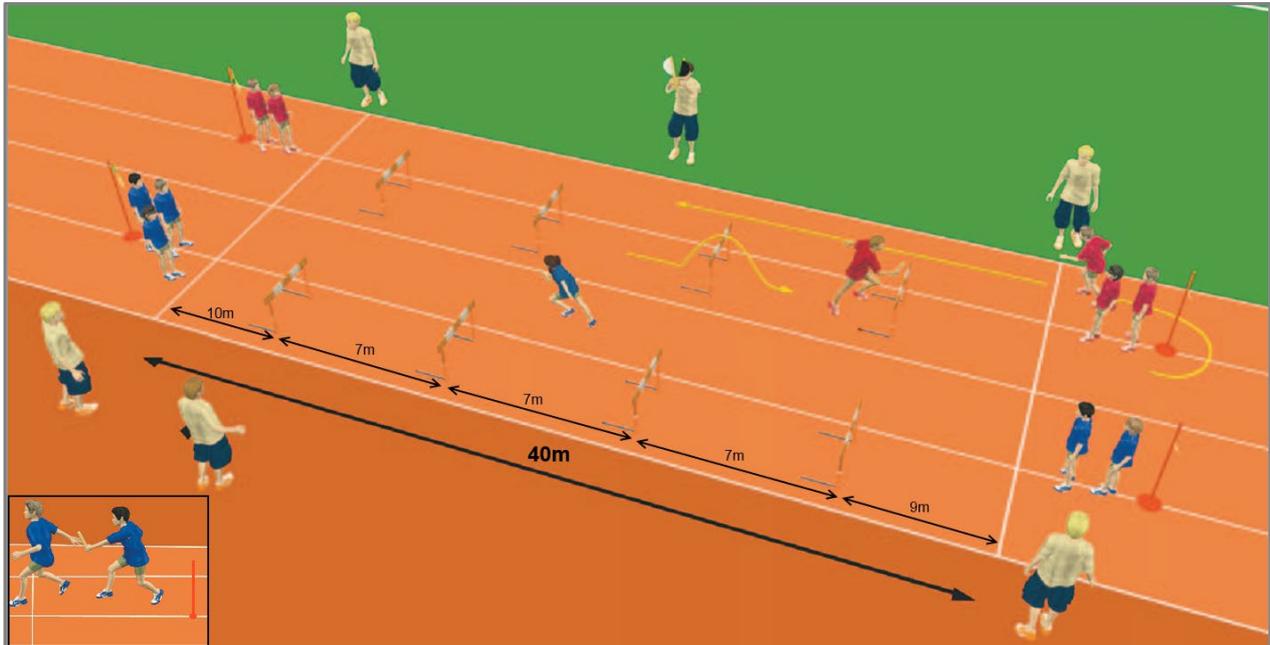
Imke Sumfleth

Beauftragte für Kinderleichtathletik

E-Mail: imke.leichtathletik@googlemail.com

Disziplinkarten

6 x 40m Hindernis-Sprintstaffel



**KURZBESCHREIBUNG/
ORGANISATION**

- **Ziel:** Die Kinder solle eine 40m-Hindernis- und Flachsprintstrecke in Staffelform absolvieren.
- **Es werden pro Mannschaft 2 Durchgänge durchgeführt.**
- 6 Kinder eines Teams bilden eine Staffel.
- Jede Staffel benötigt 2 nebeneinanderliegende Bahnen.
- Auf der Strecke stehen 4 „baugleiche“ Hindernisse mit einer Höhe von 40cm (z. B. Kinder- Hürden oder

- gekippte Bananenkartons) mit einem identischen Abstand von 7m zueinander (siehe Grafik).
- Je 3 Kinder eines Teams stellen sich an den Startlinien der Hindernis- bzw. Flachstrecke auf. Der 1. Läufer auf der Hindernisstrecke ist der Startläufer (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.

- 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 (2m hinter der Übergabelinie) umlaufen.
- Die Übergabe muss vor dem ersten Hindernis abgeschlossen sein. Dies gilt auch für den Wechsel vor dem Flachsprint.

WETTKAMPFHELPER (4 Teams)

- 1 Helfer: Ordner und Startsignal
- 2 Helfer: Zeitnahme und Protokollführung
- 4 Helfer: Aufstellen der Hindernisse, Übergabekontrolle

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.

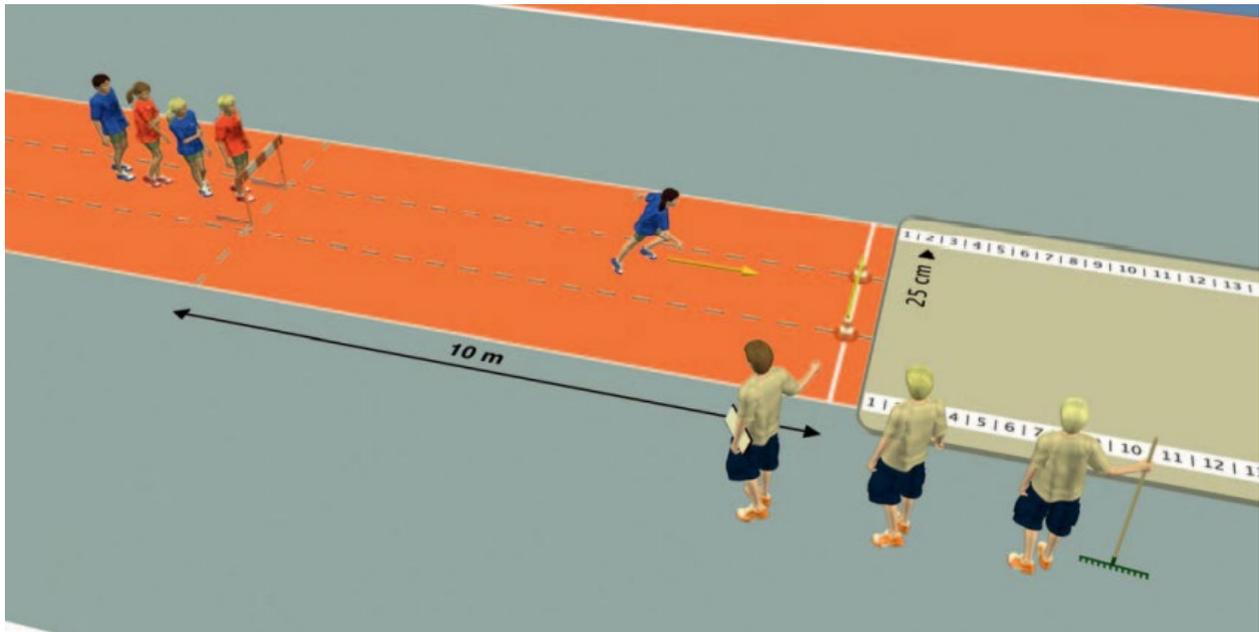
MATERIAL (3 Teams)

- 12 Kinder-Hürden, Höhe 40cm
- 6 Hindernisstangen/ Umlaufmale
- 3 Tennisringe (als Staffelstab)
- 1 Stoppuhr
- 1 Pistole (alternativ: Startklappe) und 1 Pfeife
- 3 Parteibänder

Hinweise:

- 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 bessere Durchgang geht in die Wertung ein.**

Weitsprung in die Zone



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- **Ziel:** Die Kinder sollen nach begrenztem Anlauf einbeinig vor einer Markierung abspringen und möglichst weit in der Grube landen
- Alle Kinder nehmen teil.
- Jedes Kind springt nach dem Anlauf (Anlauflänge: 10 m) einbeinig vor einem Absprungorientierer ab und landet möglichst beidbeinig mit paralleler Fußstellung in der Grube.
- An der Sprunggrube werden seitlich 25-cm-Zonen markiert (z.B. mit skalierten Punktbändern).

- Jedes Kind hat 4 Versuche.
- Die Punktzahlen der besten 3 Sprünge werden addiert und bilden das Einzelergebnis.
- Gewertet wird der dem Absprung nächstgelegene Körperabdruck.
- Der Versuch ist ungültig, wenn der Absprung nicht einbeinig vor dem Absprungorientierer erfolgt oder dieser bei dem Absprung verschoben wird.
- Ungültige Versuche werden mit 0 Punkten bewertet.
- **Hinweise:** Der Absprungorientierer (Höhe etwa 20 cm) wird direkt am Grubenrand aufgestellt; er sollte so gewählt werden, dass die Sicht auf den Landebereich nicht versperrt ist (z.B. Schaumstoffblock).
- Mit den Zonen sollte eine Sprungweite bis etwa 4 Meter (16 Punkte) abgedeckt werden.

- Wenn die Grube nach der Landung nicht seitlich nach hinten verlassen wird, sollte eine kindgemäße Aufforderung erfolgen.
- Je nach Bedarf wird die Grube nach jeweils 1-4 Sprüngen neu eingeebnet. Währenddessen sollte sich ein Helfer in die Bahn stellen, bis das Einebnen beendet ist. Nach Abschluss gibt er die Bahn wieder frei.

WETTKAMPFHelfER (pro Anlage)

- 1 Helfer: Landekontrolle und Protokollführung
- 1 Helfer: Absprungkontrolle und Ansage
- 1 Helfer: Einebnen der Grube

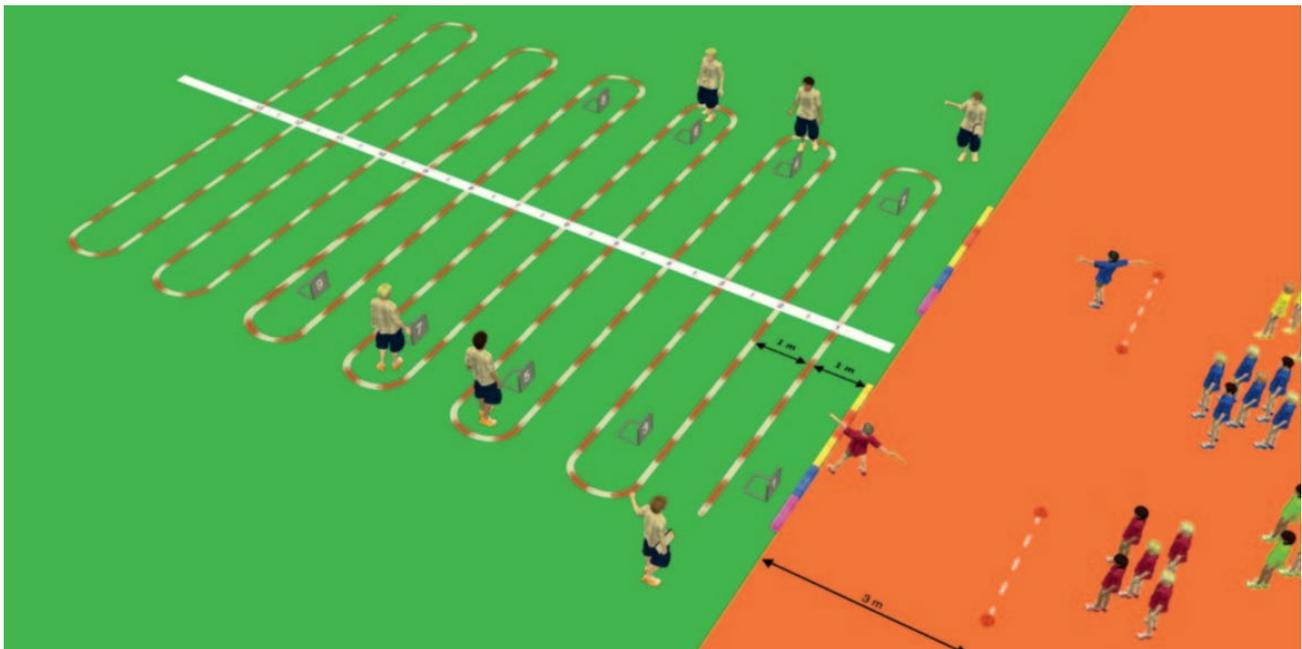
WERTUNG

- Die Punktzahlen der besten 3 Sprünge werden addiert und bilden das Einzelergebnis
- Die Teamwertung ergibt sich aus der Summe der 6 besten Einzelleistungen. Die erzielten Teampunktzahlen werden in eine Reihenfolge gebracht.

MATERIAL (pro Anlage)

- 1 Sprunggrube
- 1 Absprungorientierer
- 1 Zoneneinteilungen (Breite 25 cm)
- 1 Harken/Rechen

Schlagwurf



KURZBESCHREIBUNG/ ORGANISATION

- **Ziel:** Die Kinder sollen ein Wurfgerät nach vorausgehendem 3-Schritt-Rhythmus aus der Wurfauslage möglichst weit werfen.
- Der Anlaufbereich wird mit Hütchen o.Ä. auf 3 Meter begrenzt.
- Es werden, beginnend an der Abwurflinie, in einem 40m langen Zielbereich jeweils 1 Meter breite Wurfzonen markiert (Zone 1 = 1 Punkt, Zone 2 = 2 Punkte usw.)
- Die Zone, in der das Wurfgerät (Flutterball) aufkommt, bestimmt die erreichte Punktzahl.

- Auch Wurfgeräte, die links und rechts des Zielfeldes aufkommen, werden gewertet (Messung in Verlängerung der Zonenlinien).
- Jedes Kind absolviert jeweils 2 Würfe direkt nacheinander, bevor es den Wurfbereich nach hinten verlässt und sich wieder anstellt.
- Der Wurf ist gültig, wenn das Kind die Abwurflinie nicht übertritt und das Zielfeld nicht berührt.

- 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.

WETTKAMPFHELPER (pro Anlage)

- 2 Helfer: Ansage der erzielten Zonenpunkte und Zurückbeförderung der Wurfgeräte
- 1 Helfer: Protokollführung und Kontrolle der Bewegungsausführung.

WERTUNG

- Die 3 besten Versuche eines jeden Kindes werden addiert.
- Welches Team erreicht die größte Gesamtweite? Die Teamwertung ergibt sich aus der Summe der 6 besten Einzelleistungen der Kinder. Die erzielten Teamwertungen werden in eine Rangfolge gebracht.

MATERIAL (pro Anlage)

- Linie als Abgrenzung von Abwurfbereich und Zielfeld
- 1 Zielfeld (15x40m)
- Zonenmarkierungen (z. B. Flutterband und Heringe, Hütchen)
- Punktetafeln (laminiert und sichtbar an Hütchen)
- gleich große und schwere Wurfgeräte

Hinweise:

- Im Finale wird mit Flutterbällen geworfen.
- Bei Würfen über die Zonengrenze hinaus werden die Punkte weiter gezählt, ggf. Maßband bereithalten

Stadioncross



**KURZBESCHREIBUNG/
ORGANISATION**

- **Ziel:** Die Kinder sollen zum Abschluss des Wettkampftages ihre Ausdauerfähigkeit bei einem mit Hindernissen gespickten Stadionparcours beweisen und eine 1500-2000m 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

beachten.

- Je nach Streckenlänge einer Laufrunde wird die Anzahl der zu absolvierenden Runden so festgelegt, dass eine Laufstrecke von ca. 1200m 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).

WETTKAMPFHELPER (pro Lauf)

- 1 Helfer: Starter
- 6 Helfer: Zeitnahme, Rundenzählen und Protokollführung
- Helfer: Streckenposten

WERTUNG

- Die Teamergebnisse werden ermittelt, indem die 6 besten Laufzeiten eines Teams addiert, mit den anderen Teams verglichen und in eine Rangfolge gebracht werden.

MATERIAL

- 1 Stoppuhr/en (Empfehlung: Druckeruhr)
- zahlreiche Markierungshilfen (u.a. Hütchen, Absperrband, Hürden)
- ggf. Hoch-/ Weitsprunganlagen
- weitere geeignete Hindernisse
- 1 Startpistole (alternativ: Startklappe)

Hinweis:

- Die Streckenlänge sollte ca. 1200m betragen
- Zur Ermittlung der Laufzeiten können zwei separate Listen (ein Zeitenprotokoll, ein Einlaufprotokoll) geführt werden, die anschließend zusammengeführt werden.

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.
4. Name, Vorname, Altersklasse, Verein, Startnummer und Ergebnis (Platzierung und Zeiten) der Teilnehmer 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 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 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.)