



44. SCL Hallenmehrkampf

Liestal, den 22. November 2023

Liebe Sportkolleg:innen

Am **Sonntag, 29. Januar 2023**, wird der bei unserem Nachwuchs beliebte Hallenmehrkampf endlich zum 44. Mal ausgetragen. Wie in den Jahren zuvor winkt für alle Teilnehmenden, die den Wettkampf beenden, eine schöne Erinnerungsmedaille.

Wir freuen uns, Euch im Namen des Vorstandes der Leichtathletikabteilung des SC Liestal die Ausschreibung zuzustellen. Wir erwarten wiederum möglichst viele Teilnehmende und sind daher auf eine sauber und korrekt ausgefüllte Anmeldung angewiesen.

Elektronische Anmeldeformulare findet ihr auf unserer Website www.scl-athletics.ch
Anmeldungen bitte per E-Mail an lucas@bader-zignoli.ch schicken.

Die Anmeldungen nehmen wir bis Samstag, den 14. Januar 2023 entgegen. Nachmeldungen sind nicht möglich.

Die Bestätigung der Anmeldung verschicken wir zusammen mit dem definitiven Zeitplan ungefähr eine Woche vor dem Wettkampf.

Bei allfälligen Fragen stehen wir unter folgender Anschrift gerne zur Verfügung:

Lucas Bader Zignoli

Tel: 078 718 26 88

E-Mail: lucas@bader-zignoli.ch

Theodor Steinmann

Tel: 079 426 31 26

E-Mail: theodor.steinmann@bluewin.ch

Wir freuen uns auf eure Anmeldungen und verbleiben mit vielen Grüßen,

Theodor Steinmann & Lucas Bader Zignoli

Beilagen:

- Ausschreibung
- Richtzeitplan
- Wettkampfbegleitend
- Anmeldeplan
- Weisungen

44. SCL Hallenmehrkampf

Kategorien U14, U12 und U10

Datum	Sonntag, 29. Januar 2023 Ab 9.30 Uhr bis ungefähr 16.00 Uhr
Ort	Frenke Sport Halle Liestal
Kategorien	U10 W Jahrgang 2014 und jünger U12 W Jahrgang 2012/2013 U14 W Jahrgang 2010/2011 U10 M Jahrgang 2014 und jünger U12 M Jahrgang 2012/2013 U14 M Jahrgang 2010/2011
Disziplinen	35m Lauf Hindernislauf Hochsprung (U14) Standweitsprung (U12 und U10) Medizinballwurf
Anmeldung	Per Mail an Lucas Bader Zignoli lucas@bader-zignoli.ch
Anmeldeschluss	Samstag, 14. Januar 2023
Anmeldung	Es werden nur schriftliche Anmeldungen berücksichtigt. Das Startgeld muss bis Samstag, 14. Januar 2023 einbezahlt werden.
Nachmeldung	Nachmeldungen sind am Wettkampftag nicht möglich.
Startgeld	Das Startgeld beträgt Fr. 15 pro Athlet:in. Bei Nichtstart verfällt der Anspruch auf das Startgeld.
Versicherung	Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.
Einzahlung	Basellandschaftliche Kantonalbank, PC 40-44-0 Zugunsten von CH07 0076 9016 1108 4242 2 SC Liestal, Leichtathletik, 4410



Richtzeitplan 44. SCL Hallenmehrkampf

SC Liestal

U14M	U12M	U10M	U14W	U12W	U10W
Appell 10.05	Appell 10.25	Appell 10.40	Appell 9.45	Appell 10.45	Appell 11.25
35m 10.20	35m 10.40	Wurf 11.00	Hoch 10.00	35m 11.00	35m 11.40
Hoch 11.20	Wurf 11.30	35m 12.00	35m 11.20	Sprung 11.40	Sprung 12.10
Wurf 12.30	Sprung 12.40	Sprung 13.10	Wurf 12.00	Wurf 12.50	Wurf 13.20
HL ca. 13.20	HL ca. 13.40	HL ca. 14.20	HL ca. 13.00	HL ca. 14.00	HL ca. 14.40

44. SCL Hallenmehrkampf

Kategorien U14, U12 und U10

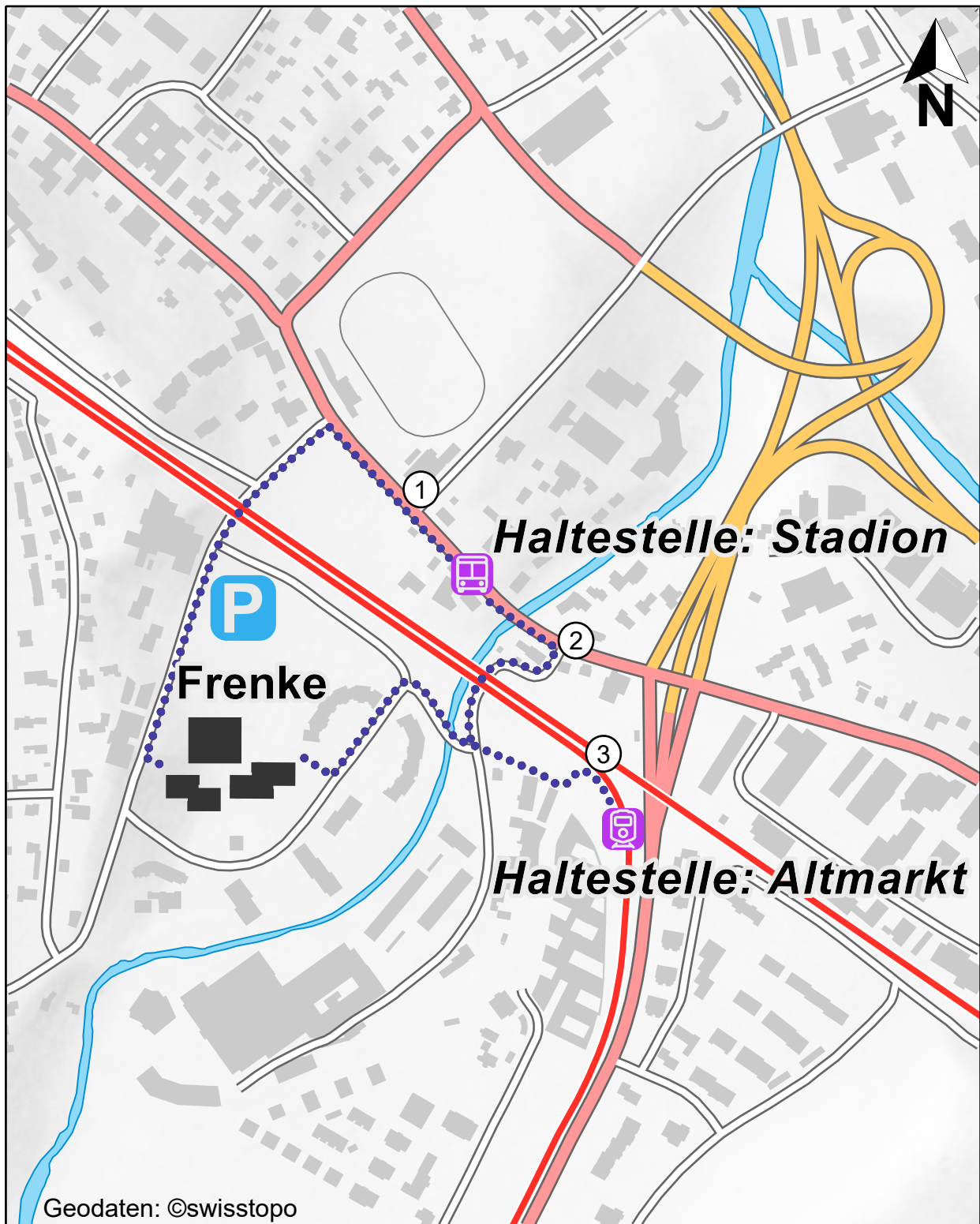
Weisungen

Besammlung	Kampfrichter 9.00 Uhr Athletinnen und Athleten: U14 M 10.05 Uhr U12 M 10.25 Uhr U10 M 10.40 Uhr U14 W 09.45 Uhr U12 W 10.45 Uhr U10 W 11.25 Uhr
Aufwärmen	Die Athlet:innen müssen aufgewärmt zum Appell erscheinen. Das Aufwärmen ist ausserhalb der Wettkampfhallen möglich.
Umkleidemöglichkeit	Es werden geschlechtergetrennte Garderoben zur Verfügung gestellt.
Wettkampfvorschriften	In den Wettkampfhallen dürfen sich nur im Wettkampf stehende Athletinnen und Athleten aufhalten. Die Turnhallen sind mit sauberen, nichtabfärbenden Turnschuhen zu betreten. Alle Athletinnen und Athleten müssen gegen Unfälle versichert sein. Der Organisator übernimmt keine Haftung, auch nicht bei verlorenen oder abhanden gekommenen Gegenständen.
Siegerehrung	Die Siegerehrung findet im Anschluss an den Hindernislauf am Ende des Wettkampfes statt.
Disziplinen	Siehe beiliegendes Wettkampfbreglement.

SCL Hallenmehrkampf: WETTKAMPFREGLLEMENT

DISZIPLIN	ANLAGE	WETTKAMPFDURCHFÜHRUNG	WERTUNG
35 M	4 Laufbahnen je 80-100 cm breit Startlinie = gelbe Linie	1 Versuch pro Teilnehmenden Start in Bauchlage, Hände auf dem Rücken, Kinn auf Startlinie Startkommando: "Bereit" - Zusammenschlagen der Startklappe Zeitnahme mit elektrischer Zeitmessanlage oder mit Handstopuhren	Die Laufzeit kommt in die Wertung Eintrag auf Notenblatt in Zehntelsekunden, z.B. 6.2
HOCH	3 Anlagen Seitlich + hinter der grossen Matte dünne Matten auslegen 2 mittl. M. unter grosse M. evtl. Langbänke aufgestellt	Vor Wettkampfbeginn Anlagen mit Messlatte einmessen 6 Versuche pro Teilnehmenden, 1 Versuch pro Durchgang 2 Probeversuche pro Teilnehmenden, 2 Einsprunghöhen können durch die Gruppe festgelegt werden Sprungtechnik frei, Absprung auf einem Bein Zeit pro Sprung nach dem Ermessen des Kampfrichters Anfangshöhe frei, Steigerung der Höhen um 5 cm Wer 3 x aufeinanderfolgend die Latte reisst, scheidet aus Aufgelegte und aufgerufene Höhen werden auf das Wettkampfbrett geschrieben, wird die Höhe gerissen, wird sie durchgestrichen	Die höchste gesprungene Höhe kommt in die Wertung Eintrag auf Notenblatt in Meter und Zentimeter, z.B. 1.35
MEDIZINBALLWURF	3 Anlagen Wurfsektor abgrenzen Abwurfpunkt markieren Abwurflinie ca. 5m von Wand	3 Versuche pro Teilnehmenden, hintereinander Maximal 3 Schritte Anlauf, Wurf beidarmig vorwärts über Kopf U14 und U12 mit 2kg-Bällen, U 10 mit 1kg-Bällen Gemessen wird rechtwinklig zur Abwurflinie Jeder Wurf wird markiert, der beste mit Massband gemessen und aufgeschrieben	Zwischenweiten werden aufgerundet Der weiteste Wurf kommt in die Wertung Eintrag im Notenblatt in Meter und Zentimeter, z.B. 7.70
STANDWEITSPRUNG	3 Anlagen 50 cm-Raster kleben Sprungsektor abgrenzen	3 Versuche pro Teilnehmenden, hintereinander Absprung aus dem Stand, mit beiden Beinen, übertreten ungültig Gemessen rechtwinklig zur Absprunglinie, bei Landung an Ferse Jeder Sprung wird markiert, der beste mit Massband gemessen und aufgeschrieben	Jeder cm wird gemessen Der weiteste Sprung kommt in die Wertung Eintrag in Notenblatt in Meter und Zentimeter, z.B. 1.66
HINDERNISLAUF	1 Anlage	1 Versuch pro Teilnehmenden Alle Kategorien absolvieren 1 Runde Start in Bauchlage, Hände auf dem Rücken, Kinn auf Startlinie Startkommando: "Bereit" - Zusammenschlagen der Startklappe Zeitnahme mit Handstopuhren Lauf-Ende bei Landung nach Schwedenkasten	Zeitzuschlag 1 Sekunde für jedes ausgelassene Hindernis und für jeden umgeworfene/n Hürde/Malstab Die Laufzeit kommt in die Wertung Eintrag auf Notenblatt in Zehntelsekunden, z.B. 38.4

Anfahrtsplan SCL Hallenmehrkampf



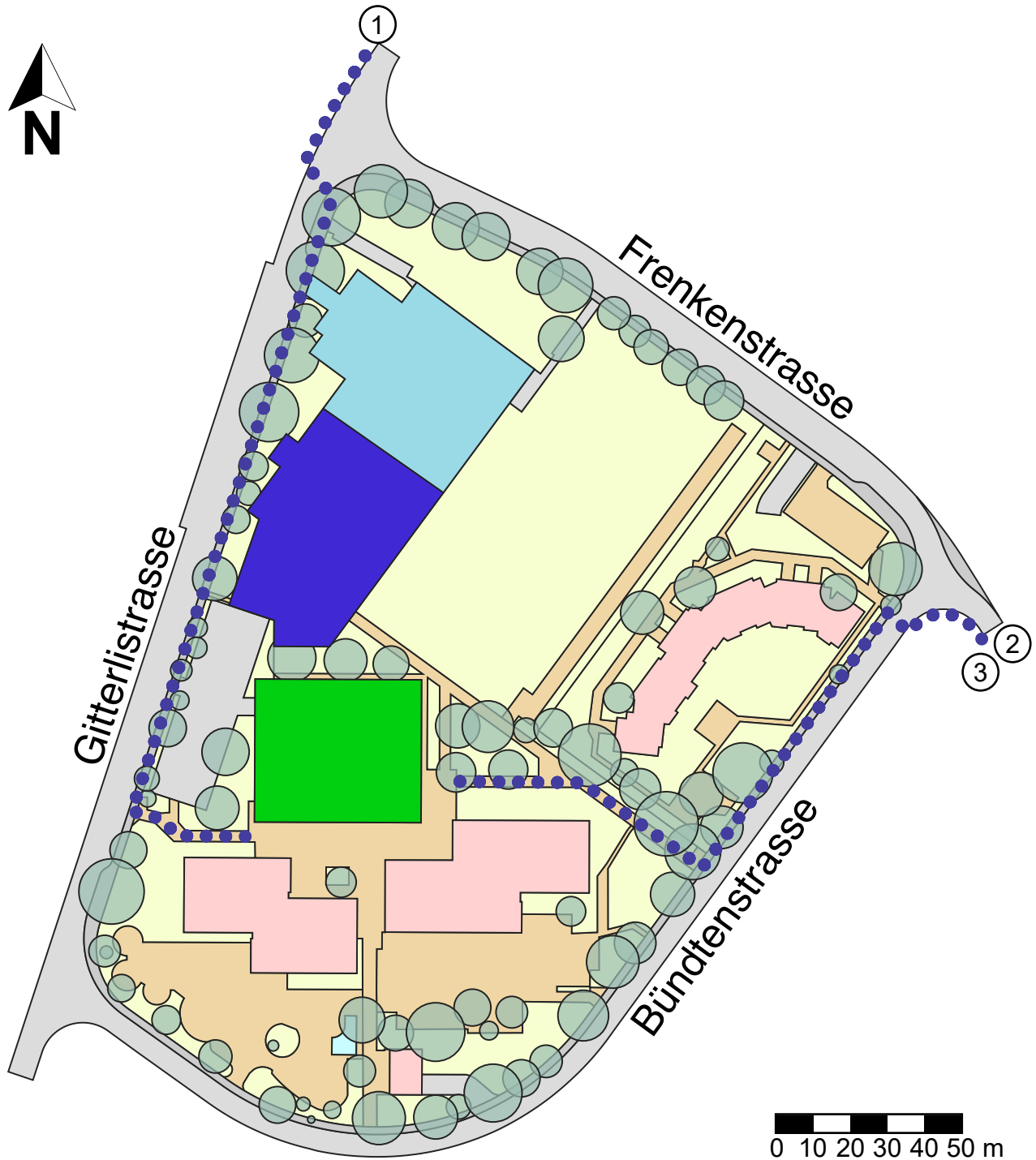
- Autobahn
- Hauptstrasse
- Nebenstrasse
- Fussweg zur Halle

P Parkplatz

  ÖV-Haltestelle

- ① Fussweg 1: Kasernenstrasse - Gitterlistrasse
- ② Fussweg 2: Kasernenstrasse - Benzburweg - Frenkenstrasse - Bündtenstrasse
- ③ Fussweg 3: Gräubernweg - Frenkenstrasse - Bündtenstrasse

Anlagenplan Frenkehalle



Geodaten: © Kantonale Verwaltung Basel-Landschaft

- Frenkebündten Halle
- Einlaufplatz
- Parkplatz

- Fussweg
- ① ② ③ Fussweg Nummer