



tiroler soziale dienste

Ausschreibung zur TSD-Sportolympiade am Donnerstag, den 16. Mai 2024 in Innsbruck (USI)

Am 16. Mai 2024 veranstalten die Tiroler Sozialen Dienste in Zusammenarbeit mit dem IAC die TSD-Sportolympiade!

Ort: USI (Universitätssportgelände, Fürstenweg 185)

Beginn der Bewerbe um 10:00 Uhr
Meldung bis spätestens 09:00 Uhr an der Meldestelle

Gruppen (jeweils männlich und weiblich mit getrennter Wertung):

Altersgruppe A
Altersgruppe B
Altersgruppe C
Altersgruppe D
Altersgruppe E

Kein Nenngeld!

Alle Bewerbe werden amateurgerecht durchgeführt (siehe Wettkampfablauf).

Wettkampfleiter: Udo Frizzi (udo.frizzi@iacleichtathletik.at oder +43 660 9029606)

Informationen und Anmeldung bei TSD

Wir bitten alle Teilnehmer, sich spätestens zwischen 8:30 und 9:00 bei der Meldestelle einzufinden, um die Startnummer abzuholen. Das Aufwärmen in der jeweiligen Gruppe beginnt um 09:30 Uhr. Der Treffpunkt mit den BetreuerInnen wird noch bekannt gegeben.

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.



tiroler soziale dienste



Wettkampfablauf

In die einzelnen Gruppen (zusammengesetzt aus gleichaltrigen Teilnehmer:innen – 2 Jahrgänge) werden jeweils etwa 16 - 20 Sportler:innen aufgenommen. Das gemeinsame Aufwärmen beginnt jeweils um 9:30 Uhr. Die Gruppen beginnen dann um 10:00 Uhr jeweils mit einer ausgewählten Disziplin. Die weitere Disziplinenreihenfolge jeder Gruppe wird dann vor Ort festgelegt und richtet sich nach dem jeweiligen Verlauf des Wettkampfes (Rahmenzeitplan wird ausgehängt).

Es starten alle Gruppen um 10:00 Uhr gleichzeitig und sind dann bis ca. 18:00 im Einsatz. Aufgrund der kindgemäßen Disziplinen und der Wartezeiten zwischen den Versuchen und Bewerben stellt die Gesamtbelastung für die Kinder im Regelfall kein Problem dar.

Beschreibung der einzelnen Disziplinen (ursprünglich von Roland und Ulrich Werthner)

1. Disziplin: 10m Sprint (fliegend)

Mit Lichtschranken wird jene Zeit bzw. Geschwindigkeit gemessen, die über eine Strecke von 10 Metern erreicht wird. Der Anlauf zur Messstrecke kann frei gewählt werden (günstig ist eine Anlauflänge zwischen 15 und 25 Metern). Jeder Teilnehmer hat zwei Versuche.

2. Disziplin: Weitsprung

Jeder Teilnehmer hat 3 Versuche (Absprung einbeinig, jedoch keine Eingrenzung einer Absprungzone). Gemessen wird von der Absprungstelle (Zehen) bis zum ersten Sandeindruck.

3. Disziplin: Ballstoß

Statt wie üblich mit einer Kugel, wird hier mit einem bunten Medizinball aus Gummi gestoßen. Gewicht 1,5 kg. Die 3 Versuche werden von einem Teilnehmer sofort hintereinander absolviert. Der weiteste Versuch wird gemessen.

4. Disziplin: Hochsprung



tiroler soziale dienste



Beim Hochsprung gelten die offiziellen Regeln (Absprung mit einem Bein). Jeder Teilnehmer hat maximal 3 Versuche pro Höhe. Es gibt keine Einschränkung der Gesamtanzahl der Sprünge.

Aufgrund der Gesamtbelastung des Zehnkampfes sollten jedoch nur diejenigen Höhen gesprungen werden, die eine Leistungsherausforderung darstellen bzw. zur Optimierung der Sprungleistung als Vorbereitungssprünge notwendig sind. Bis zur Höhe von inklusive 1,24 m wird statt einer starren Latte mit einer bunten Gummischnur bzw. einer ummantelten „weichen“ Latte gesprungen. Dem Gruppenleiter obliegt die Entscheidung, ob bei einer Gummischnurberührung ein Sprung gültig gegeben wird. Im Zweifelsfall kann auch pro Athleten einmalig ein Wiederholungssprung genehmigt werden.

Die Anfangshöhe beträgt 54 cm. Gesteigert wird jeweils um 7 cm = 54 cm, 61 cm, 68 cm, 75 cm, 82 cm, 89 cm, 96 cm, 103 cm, 110 cm, 117 cm, 124 cm, 131 cm, 138 cm, 145 cm, 152 cm, 159 cm, 166 cm, 173 cm usw.

5. Disziplin: 150m Shuttle-Lauf

Eine 35 Meter lange Strecke mit zwei Wendepunkten (Hütchen) muss 4x durchlaufen werden. Beim letzten Teilabschnitt gibt es eine Verlängerung von 10m bis zur Ziellinie. Bei jedem Lauf treten zwei etwa gleichstarke Kinder gegeneinander in zwei abgesonderten bzw. getrennten Rundstrecken nebeneinander an.

6. Disziplin: 50m Hürdenlauf

Jeweils Teilnehmer:innen überlaufen im selben Lauf 7 niedrige Gummihürden. Abstand zur 1. Hürde 9 m. Abstand zwischen den Hürden 6 m. Die Höhe ist abhängig vom Alter der Kinder. Die Hürdenhöhe beträgt 64 cm.

7. Disziplin: Gummiring-Wurf

Aus einer Dreh-Schleuder-Bewegung (die Aushol- und Abwurfbewegung muss eine vergleichbare Form zum Diskuswurf aufweisen!!!) wird ein leichter Gummiring (180g – aus Moosgummi) auf Weite geworfen. Die 3 Versuche werden von einem Teilnehmer sofort hintereinander absolviert. Misslingen alle 3 Versuche komplett, kann der Betreuer einen 4. Versuch genehmigen. Der weiteste Versuch wird gemessen. Die Sektorbezeichnung dient nur zur Orientierung. Ungültige Würfe sind nur jene, die in die völlig falsche Richtung geworfen werden (in diesem Fall Wurfwiederholung). Auf die Sicherheit achten!! Es dürfen sich keine anderen Kinder



tiroler soziale dienste



oder Betreuer/Kampfrichter in einem potentiellen Flug-/Landegebiet des Gummiringes aufhalten.

8. Disziplin: Stabweit

Die Teilnehmer:innen springen Stabweit (3 Versuche) in die Weitsprunggrube. Regeln: Einstichloch (15 cm tief) zwischen 30 und 70 cm nach Grubenrand. Das Einstichloch muss mit der Stabspitze getroffen werden. Die Weite wird wie beim Weitsprung gemessen.

9. Disziplin: Vortex-Wurf

Alle werfen mit dem NERV VORTEX (kleiner Football mit Stabilisierungsflosse). Die 3 Versuche werden von einem Teilnehmer direkt hintereinander absolviert. Der weiteste Versuch wird exakt mit dem Maßband gemessen.

10. Disziplin: 800m Lauf

Beim Ausdauerabschlussbewerb geht es darum, dass in einem gleichmäßigen Tempo der Hauptteil der Strecke durchlaufen wird.

Punktewertung

Pro Disziplin erfolgt die Punktewertung je Altersgruppe und getrennt nach Geschlecht.

1. 25 Punkte
2. 20 Punkte
3. 18 Punkte
4. 15 Punkte
5. 10 Punkte
6. 9 Punkte
7. 8 Punkte
8. 7 Punkte
9. 6 Punkte

Ab dem 10. Platz erhalten alle TeilnehmerInnen je 5 Punkte

Bei Gleichstand in einer Disziplin bekommen beide die gleich höhere Punktezahl und die nachrangigen Punkte entfallen.

Ein Beispiel:



tiroler soziale dienste



2 Teilnehmer:innen springen gleich weit. Sie erhalten dann z. B. für den 2. Rang jeweils 20 Punkte und der Nächstplatzierte 15 Punkte (die nachrangige Punktezahl wird ausgelassen).