

## Landesfinale

am 16.09.2017



Die Sieger der Vorrunden aus den Kreisen des LV Nordrhein werden zum Landesfinale eingeladen! (Hierzu separate Ausschreibung des LV Nordrhein beachten!)

### Bisherige Pokalgewinner:

2002 SG Langenfeld  
2003 LAV Essen  
2004 LG Meckenheim  
2005 SG Langenfeld  
2006 Brühler TV  
2007 Brühler TV  
2008 TLV Germania Überruhr  
2009 ART Düsseldorf  
2010 ART Düsseldorf  
2011 DJK Adler Bottrop  
2012 ART Düsseldorf  
2013 ART Düsseldorf  
2014 LC Adler Bottrop  
2015 Alemannia Aachen/  
LAV Habblerrath-Grefrath  
2016 Haaner TV

Zur Förderung der Grundlagenarbeit und des Mannschaftsgedankens in der Kinderleichtathletik schreibt der LVN Kreis Heinsberg einen Vorkampf um den Jochen-Appenrodt-Pokal aus.

Der Wettbewerb wird in Form eines gemischten Mannschafts-Wettkampfes durchgeführt.

Die Disziplinen sind:

**6 x 40 m-Hindernis-Sprintstaffel**

**Weitsprung**

**Schlagwurf**

**Stabweitsprung**

**Stadion-Cross**



## Ausschreibung - Vorrunde - Teamwettkampf U12 „Jochen-Appenrodt-Pokal“



**Wann:** Fr, 16. Juni 2017  
**Uhrzeit:** 17:00 Uhr  
**Wo:** Willy-Stein-Stadion  
Erkelenz

Die Teilnahme an der Vorrunde um den Jochen-Appenrodt-Pokal ist Voraussetzung für die Einladung zum Landesfinale.

### **Vorrunde des Kreises Heinsberg**

**Termin:** Freitag, 16.06. 2017  
**Beginn:** 17:00 Uhr  
**Veranstalter:** LVN Kreis Heinsberg  
**Örtl. Ausrichter:** TV 1860 Erkelenz  
**Ort:** Willy-Stein-Stadion

#### **Meldungen an:**

Anja Deckers  
Barbararing 106  
41812 Erkelenz-Gerderath  
Tel. 0176/34945634  
Email: [andec@gmx.de](mailto:andec@gmx.de)

**Meldeschluss: 31. Mai 2017**

**Startgeld:** nur **25,00 €**  
je Mannschaft

Eine Mannschaft besteht aus 6 – 11 Mädchen und Jungen.



*TV 1860 Erkelenz  
- Sieger der Vorrunde 2016 -*



#### Ergebnisse vom 24. Juni 2016

- 1.) TV 1860 Erkelenz
- 2.) SV Rot-Weiß Schlafhorst
- 3.) TuS Jahn Hilfarth

Erläuterungen der Disziplinen des Jochen-Appenrodt-Pokals

#### **6 x 40 m-Hindernis-Sprintstaffel**

Gelaufen wird ein Hindernis-Sprint über vier Bananenkartons auf dem Hinweg (alle 7 m) und einem Flachsprint auf dem Rückweg in Pendelstaffelform.

#### **Weitsprung**

Mit einem auf 15 m begrenztem Anlauf wird einbeinig abgesprungen und aus individuell optimaler Entfernung über einen Höhenorientierer von 60 cm Höhe gesprungen.

#### **Schlagwurf**

Nach vorausgehenden Anlauf- oder Angeh-schritten und dem 3-er- Rhythmus sollen die Kinder per Schlagwurf ein Wurfgerät (Tennis-ringe, Schlagbälle etc.) möglichst weit werfen.

#### **Stabweitsprung**

Aus einem maximal 10 m langen Anlauf wird der Stab (Bambus) in einem am Grubenrand markierten Einstichbereich (z. B. Fahrradreifen) eingestochen und einbeinig abgesprungen. Hierbei hält sich das Kind mit beiden Händen am Stab fest und versucht, sich so weit wie möglich in die Grube abzurücken.

#### **Stadion-Cross**

Am Ende des Wettkampfes ist von allen Kindern ein Stadionparcours mit einer Laufstrecke von ein bis zwei km zu bewältigen.