



LSVOÖ KONDITIONSWETTKAMPF 14.09.2019

1. Bewerb zum OÖ Kids Cup powered by Raiffeisenclub OÖ und 1. Bewerb des ENERGIE AG Nachwuchscups

NENNUNG: **Nennungen ausschließlich über www.skizeit.net**
Nennschluss ist Dienstag, der 10.09.2019 – 18:00

ZEITPLAN: 8:00 Uhr Startnummernausgabe BSFZ Verwaltung-Rezeption
8:30 Uhr Mannschaftsführerbesprechung & Gruppeneinteilung

5 Gruppen (jede Gruppe bekommt einen Betreuer vom LSVOÖ)

Gruppenleiter K1	<i>Name noch offen</i>	Gruppenleiter S1	<i>Name noch offen</i>
Gruppenleiter K2	<i>Name noch offen</i>	Gruppenleiter S2	<i>Name noch offen</i>
Gruppenleiter K3	<i>Name noch offen</i>	Gruppenleiter S3	<i>Name noch offen</i>
Gruppenleiter K4	<i>Name noch offen</i>	Gruppenleiter S4	<i>Name noch offen</i>
Gruppenleiter K5	<i>Name noch offen</i>	Gruppenleiter S5	<i>Name noch offen</i>

8:45 Uhr Gemeinsames Aufwärmen mit Stationsleiter (der jeweiligen ersten Station)
9:00 Uhr Start des Wettkampfes auf den jeweiligen Stationen

BEWERBE KINDER U8 – U12:

1. Klettern	Unterberger Martin
2. Vortex Weitwurf	Fuchsjäger Dominik
3. Agility Run	Mößlberger Klaus
4. Standweitsprung	Pretschuh Patrizia
5. Speedy Jump	Blehmühlhuber Harry

MITTAGESSEN KINDER AB 12:00 MÖGLICH!

BEWERBE SCHÜLER U13 – U16:

1. Pumptrack	Peherstorfer Lukas
2. Vortex Weitwurf	Garstenauer Mario
3. Agility Run	Rohregger Eveline
4. Standweitsprung	Flautner Peter
5. Klettern	Unterberger Martin
6. Bergsprints	Mösslberger Klaus

MITTAGESSEN SCHÜLER AB 13:00 MÖGLICH!

INFO-VORTRAG 13:00 Konditionstraining für Nachwuchsathlet/innen
Ablauf der kommenden Skisaison
Allgemeine Information des LSVOÖ

SIEGEREHRUNG 14:00 Kinder und Schüler gemeinsam
Klassenwertung lt. Cupbestimmungen



SONSTIGES

Mittagessen auch für Eltern/Betreuer/weitere Kinder (großzügiges Buffet 13 € pro Person) im BSFZ Obertraun möglich. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Voranmeldung damit sich die Küche vorbereiten kann.

WICHTIG ...

Vereinsweise Anmeldung mit Anzahl bis 10.09.2019 an: lsvooe@skiverband-ooe.at

Wettkampfmateriale

Trainingsbekleidung für Halle und Freigelände, Kletterschuhe nicht erlaubt!
Für Pumptrackbewerb bei den Schülern wird das Bike zur Verfügung gestellt!
Duschmöglichkeiten vorhanden.

Das Team des LSVOÖ freut sich auf euer Kommen und tolle Wettkämpfe!



ANHANG 1
LAGEPLAN



- Agilityrun 10
- Vortex-Weitwurf 25
- Standweitsprung 19
- Klettern 11
- Speedyjump 19
- Pumptrack 15

- Stiegensprint
- BIKE ARENA



ANHANG AGILITY RUN

Bewerbe

für die Klassen: U8 – U16

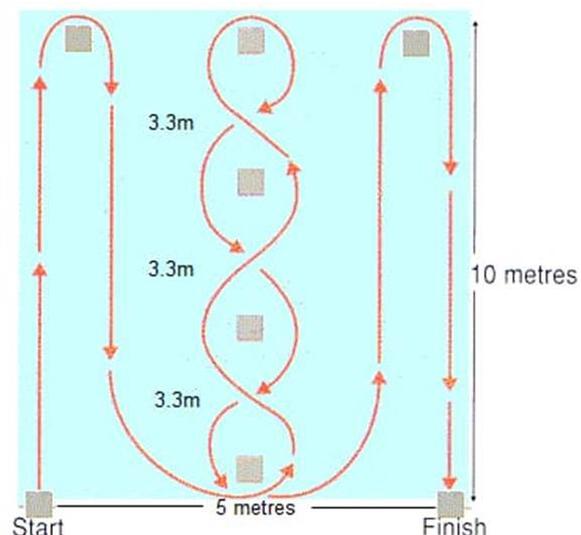
Aufgabe: Den Parcours so schnell als möglich durchlaufen
Stangen müssen umlaufen werden

Wertung: Zeit in Sekunden

Versuche: 1

Sonstiges: Beim Umfallen einer Stange + 1 Sekunde Penalty

Beispielvideo: <https://www.youtube.com/watch?v=1UGcnvhFRQ>



VORTEX WERFEN

Bewerbe

für die Klassen: U8 – U16

Aufgabe: Das Wurfgerät so weit als möglich werfen.
Es wird aus dem Stand geworfen!

Wertung: Weite in Meter

Versuche: 3

Sonstiges: Bei Übertritt ist der Versuch ungültig!

Beispielvideo: <https://www.youtube.com/watch?v=7RuB4jgOPq8>



STANDWEITSPRUNG

Bewerbe

für die Klassen: U8 – U16

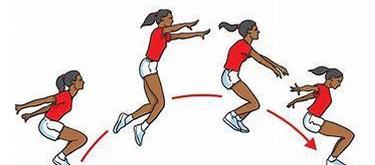
Aufgabe: Beidbeinig so weit springen als möglich.
Es wird aus dem beidbeinigen Stand gesprungen.

Wertung: Weite in Zentimeter

Versuche: 3 ... Bestwert zählt

Sonstiges: Beidbeinige Landung und stehen bleiben, sonst ungültig!

Beispielvideo: <https://www.youtube.com/watch?v=jJA8ckWBk80>





ANHANG KLETTERN

Bewerbe

für die Klassen: U8 – U16

Aufgabe: Klettern mit TopRopeSicherung

Wertung: Zeit in Sekunden,
bzw. Höhe in Metern (wenn nicht bis oben geklettert wird!)

Versuche: 1

Sonstiges: Gesichert wird von der Bergrettung Obertraun!

Beispielvideo: <https://www.youtube.com/watch?v=NPdbTDSw6nU>



SPEEDYJUMP

Bewerbe

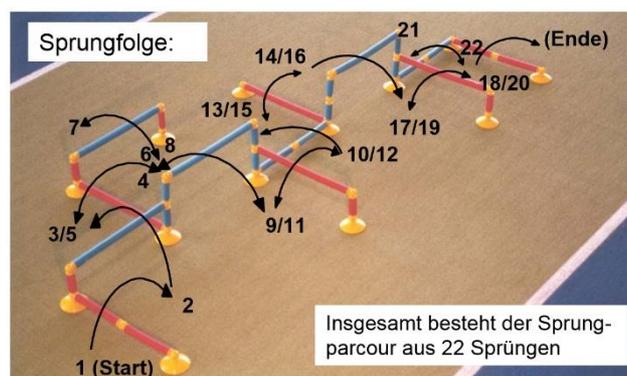
für die Klassen: U8 – U12

Aufgabe: Sprunggewandtheitstest
beidbeiniges Durchspringen des Parcours

Wertung: Zeit in Sekunden

Versuche: 2 ... Bestwert zählt

Sonstiges: Versuch ungültig beim Umwerfen des Parcours
Versuch ungültig wenn nicht beidbeinig gesprungen wird.



PUMPFTRACK

Bewerbe

für die Klassen: U13 – U16

Aufgabe: Pumptrack Runde mit MTB
Ohne Treten/ohne pedalisieren!

Wertung: Zeit in Sekunden

Versuche: 1

Sonstiges: Versuch ungültig wenn pedaliert wird.

Beispielvideos https://www.youtube.com/watch?v=K7pFZs4PY_k
https://youtu.be/l8MxBsj_fw





**ANHANG
BERGSPRINT**

Bewerbe
für die Klassen: U13 – U16

Aufgabe: Stiegen- bzw. Bergsprint
ca. 30 - 40 Sekunden

Wertung: Zeit in Sekunden

Versuche: 1

Sonstiges: -

