



1. SHLV Talente Mehrsprung-Cup



21.12.2024

Sporthalle Bredstedt

Süderstr. 77 - 79, 25821 Bredstedt

Liebe Athleten/Innen, liebe Trainer/Innen

Wir laden euch herzlich zu unserem **1. SHLV Talente Mehrsprung Cup 2024** in der Leichtathletikhalle in Bredstedt ein. Hier gibt es die Möglichkeit Euch in Tests und Disziplinen zu erproben, die sonst vielleicht nicht so oft auf Eurem Wettkampfkalender stehen und dennoch entscheidend für Eure weitere Leistungsentwicklung in der Leichtathletik sein können. Es ist immer gut seine Schwächen und Stärken zu kennen und zu wissen, welche Leistungsparameter vielleicht noch besser trainiert werden müssen.

Ausschreibung

Veranstaltung: 1. SHLV Talente Mehrsprung Cup

Datum: **21.12.2024**

Zeitplan: Startzeit: 14 Uhr

Ort: Bredstedt, Süderstr. 77 - 79

Melddaten: Name, Vorname, Geburtsdatum, Verein

Meldeschluss: **01.12.2024**

Meldung an:

leitende.landestrainerin@shlv.de

Altersklassen: U12 - U18

Format:

5er Mehrsprung: 2 Versuche

Dropjump: 2 Versuche

Countermovement-Jump 2 Versuche

30 m fliegend 2 Versuche

Weitsprung linkes und rechtes Absprungbein je

2 Versuche

30 m Frequenzlauf 2 Versuche

Wertung: Punktwertung

1.Platz - 1 Punkt; 2. Platz 2 Punkte usw.

Wer die wenigsten Punkte hat, hat gewonnen