

Einladung und Ausschreibung

Athletik- und Leichtathletik-Wettkampf

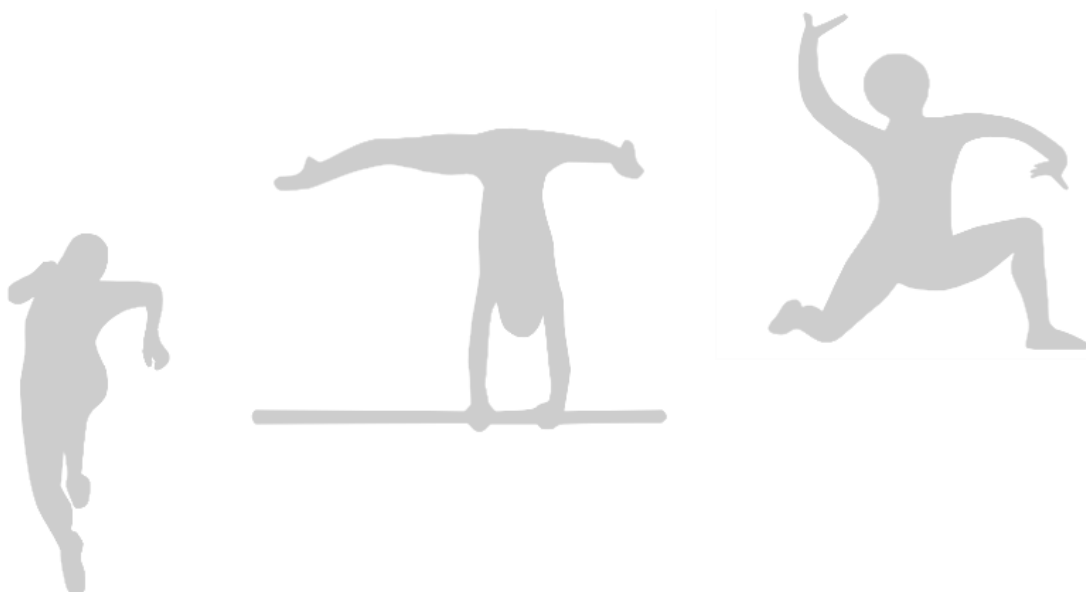
- Ranglisten Wettkampf der Altersklassen U8 bis U18 des SVSA -

&

DSV 3.000 Meter Challenge

am Samstag, den 17. Juli 2021

Sportforum Kohlgarten in Wernigerode





Organisationskomitee:

Veranstalter	Skiverband Sachsen-Anhalt e.V.
Durchführender Verein	Nordischer Ski-Verein Wernigerode e.V.
Chef-Kampfrichter	Holger Stein
Ergebnisse / Auswertung	Thomas Hedderich

Teilnahmeberechtigt:

Startberechtigt sind alle SportlerInnen, die Mitglied eines Skivereins im DSV sind.

Altersklassen:

gem. DWO Skilanglauf Saison 2021/22

Programm:

Uhrzeit	Veranstaltung	Ort der Veranstaltung
09.00 Uhr	Startnummernausgabe und Riegeeinteilung	Stadion „Kohlgarten“ - Kohlgartenstraße 2 38855 Wernigerode
09:15 Uhr	Kampfrichtereinweisung	
09:30 Uhr	Wettkampfbeginn	
ca. 13:00 Uhr	Ende der Veranstaltung	

Organisatorische Hinweise:

- **Organisationsform** ist der Riegenbetrieb; die Riegen werden im Vorfeld eingeteilt und sind spätestens am Wettkampftag den Aushängen zu entnehmen.
- Es ist das **Hygienekonzept** des Veranstalters sowie der Stadt Wernigerode zu beachten!
- **Toiletten** sind vorhanden. Parkmöglichkeiten in der Kohlgartenstraße und am Parkplatz am Anger
- Für die **DSV 3.000m Challenge** sind die gesonderten Teilnahmebedingungen (<https://www.xc-ski.de/challenges/3-000-meter-challenge-2021/>) zu beachten!

Meldungen:

schriftlich via Meldeformular an thomas.hedderich@skiverbandsa-anhalt.de

In der Meldung sind **Körperhöhe**, Name, Vorname, Jahrgang, Geschlecht, Verein und Startpass-Nummer anzugeben.

Je Verein bitte einen Kampfrichter (namentlich) mit der Meldung benennen!

Meldeschluss:

Donnerstag, der 15. Juli 2021 - 20.00 Uhr

Meldegebühr:

Wird nicht erhoben.

Ergebnisse:

nach dem Wettkampf via Email.

Bzw. 3.000m Challenge unter <https://www.xc-ski.de/challenges/3-000-meter-challenge-2021/>



Disziplinen:

- o Körperhöhe, **bereits zu Hause ermitteln und bei der Meldung mitangeben!**
- o Beweglichkeit
 - Rumpftiefbeuge gem. DSV-Athletiktest
- o Sprint
 - 30m mit fliegendem Start aus dem Stand (ca. 1 Meter von Startlinie, Einzelstart ohne Startkommando)
 - 2 Versuche – der Beste wird gewertet
- o Mittelstrecke
 - 800 m (bis U10), 1.000 m (U11 - U15), 3.000 m (ab U16)
 - Hochstart („Auf die Plätze, los“) Gruppenlauf auf 400m Stadionrunde
- o 10-er Sprungschritte
 - Ausgangsstellung = Schrittstellung
 - wechselseitiges Springen gefordert, Landung nach 10. Sprung erfolgt beidbeinig
 - 2 Versuche – der Beste wird gewertet / Wertung im Verhältnis zur Körpergröße
- o Liegestütz
 - Ausgangslage: Hände über Schulterbreite auf Brusthöhe neben den Körper, Hände zeigen nach vorn, Körper gestreckt
 - Ausführung: Kinn berührt Matte, Arme beim hochdrücken gestreckt
 - Anzahl in 1min
- o Klimmzüge
 - Schulterweiter Obergriff
 - Ein Zyklus = Kinn über Höhe der Stange – vollständiges Öffnen des Ellenbogengelenks
- o Seilspringen
 - Anzahl der Durchschläge in 1 min
 - 1 Versuch
- o Rumpfkraft
 - lt. DSV Athletik Test (Unterarmstütz, wechselseitiges Fuß heben im Takt)
 - max. 6min
- o Balance
 - Von der Ausgangsstellung auf dem Hocker eine möglichst lange Strecke balancieren
 - Slackline 0,50 m über dem Boden gespannt, Spannweite (6m), Markierungen alle 0,5m
 - 2 Versuche - der Beste wird gewertet



Teilnahmebedingungen:

Mit meiner Teilnahme erkenne ich den Haftungsausschluss der Veranstalter für Schäden jeder Art an. Ich werde weder gegen die Veranstalter noch gegen Sponsoren oder deren Vertreter Ansprüche wegen Schäden und Verletzungen jeder Art geltend machen, die mir durch meine Teilnahme an dieser Veranstaltung entstehen können. Ich erkläre, dass ich für die Teilnahme an diesem Wettbewerb ausreichend trainiert habe und körperlich gesund bin. Ich bin damit einverstanden, dass die in meiner Anmeldung genannten Daten, die von mir im Zusammenhang mit meiner an diesem Lauf gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews etc. ohne Vergütungsansprüche meinerseits genutzt werden dürfen. Ich bestätige ausdrücklich die Richtigkeit aller von mir angegebenen Daten und versichere meine Startnummer an keine andere Person weiterzugeben.

1. Risikobeurteilung und Eigenverantwortlichkeit der Teilnehmer (DSV):

Der Veranstalter und der ausrichtende Verein übernehmen keine Haftung für Schäden aller Art bei Teilnehmern, Funktionären und Zuschauern. Auf die Versicherungspflicht der Teilnehmer durch die Vereine wird hingewiesen. In der DSV-Aktivenerklärung für den Erhalt Ihres Startpasses haben die Teilnehmer detailliert erklärt, Kenntnis zu haben von den wettkampfspezifischen Risiken und Gefahren sowie diese zu akzeptieren. Weiter darüber informiert zu sein, dass sie insoweit bei der Ausübung der von ihnen gewählten Skidisziplin Schaden an Leib und Leben erleiden können. Schließlich haben sie sich verpflichtet eine eigene Risikobeurteilung dahingehend vorzunehmen, ob sie auf Grund ihres individuellen Könnens sich zutrauen, die Schwierigkeit der Strecke sicher zu bewältigen und sich zudem verpflichtet, auf von ihnen erkannte Sicherheitsmängel hinzuweisen. Durch ihren Start bringen sie zum einen die Geeignetheit der Strecke zum Ausdruck sowie zum anderen deren Anforderungen gewachsen zu sein. Diese Erklärungen sind gerade auch für diesen Wettkampf verbindlich.

2. Verschulden des Organisators und seiner Erfüllungsgehilfen:

Der Teilnehmer am Wettkampf akzeptiert, wenn er im Wettkampf einen Schaden erleidet und der Meinung ist, den zuständigen Organisator bzw. dessen Erfüllungsgehilfen treffe hierfür ein Verschulden, dass diese im Hinblick auf Sachschäden nur bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit haften. Der Teilnehmer erklärt sich weiter bereit, sich mit den jeweiligen Wettkampfbestimmungen vertraut zu machen. Wenn durch seine Teilnahme am Wettkampf ein Dritter Schaden erleidet, akzeptiert er, dass eine eventuelle Haftung allein ihn treffen kann. Es dient deshalb seinem eigenen Interesse, ausreichenden Versicherungsschutz zu haben.

- NORDISCHER SKIVEREIN WERNIGERODE E.V. -

Melanie Rippin
1. Vorsitzende

Thomas Kühlmann
Sportwart

