



Einladung und Ausschreibung

zum

Konditest nordisch im Rahmen des Geiger Cup nordisch.

**Ein Wettkampf über die 4 Disziplinen Kraft, Ausdauer,
Geschicklichkeit und Dynamik**

am 06. Oktober 2019

in Bad Hindelang in der Schulturnhalle

Veranstalter: Allgäuer Skiverband e.V.

Ausrichtender Verein: Skiverein Hindelang e.V.

- WO:** Schulturnhalle Bad Hindelang
- WANN:** **Samstag, 06.10.2019**
8:00 Uhr Startnummernausgabe
um 09:00 Uhr Start, ca. 12:00 Siegerehrung
- WAS:**
1. Crosslauf: Jeder Athlet bis einschließlich U12 läuft eine 1,8 km Runde. Die U13 Athleten laufen die Runde 2x und somit 3,6 km.
 2. Parcours: In einem Parcours werden Kraft und Geschicklichkeit abgeprüft. In einer vorgegebenen Zeit (1 Minute) muss im Parcours eine möglichst weite Strecke zurückgelegt werden.
 3. Weitere Übungen aus dem Bereich Kraft (z.B. Liegestützen, Situps, Dips, Klimmzüge, Kniebeugen), Halteübungen, Dehnfähigkeit Sprungkraft (Schrittsprünge) und Schnelligkeit. Übungen werden gemäß Beschluss der Sportwartesitzung nicht im Vorfeld bekannt gegeben um die Kinder möglichst vielseitig auf den Winter vorzubereiten.
- WER:** U10 JG 2010 M+W
U11 JG 2009 M+W
U12 JG 2008 M+W
U13 JG 2007 M+W
- Organisation:** Skiverein Hindelang e. V.
- Meldungen:** Voranmeldung über das ASV Meldesystem: <https://anmeldungs-service.de> Meldeschluss: 01.10.2019 20:00.
- Startgeld:** 7 €/Kind
- Preise:** Jeder Teilnehmer erhält eine kleine Überraschung
- Punkte:** Punktevergabe je nach Platzierung gemäß Geiger Cup Richtlinien (für jede Disziplin werden Punkte vergeben. Nach Wettkampfe werden die Punkte zusammengezählt und somit der Endstand ermittelt).
- Haftung:** Der Veranstalter und der ausrichtende Verein übernehmen keine Haftung für Schäden aller Art bei Teilnehmern, Funktionären und Zuschauern. Auf die Versicherungspflicht der Teilnehmer wird hingewiesen.
- Kleidung:** Für den Crosslauf: Laufschuhe. Für die Aktivitäten in der Halle: saubere Hallenturnschuhe. Wechselklamotten (falls es regnet) und Getränke. Evtl. Brotzeit (Wettkampfdauer in Summe ca. 2 h)
- Zusatzhinweis:** Gemäß Reglement Geiger Cup kann der Konditest nicht als Streichergebnis herangezogen werden.
- Informationen:** www.asv-ski.de
www.sv-hindelang.de