

Einladung und Ausschreibung

Zum Athletikwettbewerb im
Rahmen des Thüringer Schülercups
im Skispringen und Nordische
Kombination

am 28.11.2025

Veranstalter:

Thüringer Skiverband

Ausrichter:

Stützpunkt Oberhof.

Wettkampfanlagen:

Sporthalle des
Olympiastützpunktes Oberhof,
Jägerstraße 10,
98559 Oberhof

Zeitplan:

15.30 Uhr Anreise und Beginn der
Erwärmung, (Halle)
16.00 Uhr Einteilung in Riegen
16.15 Uhr Beginn der Test an den
Stationen im Riegenbetrieb

Haftung:

**Der Veranstalter übernimmt keine
Haftung für Schäden aller Art. Es wird
auf die Versicherungspflicht hin-
gewiesen.**

Klasseneinteilung:

Wertung erfolgt nach Altersklassen
S9 JG 2017 bis S13 JG 2013
Saison 2025/2026

Startgebühr:

keine

Meldeschluss:

Montag, 24.11.25 12:00 Uhr
**Es können keine Nachmeldungen am
Wettkampftag angenommen werden**

Meldeanschrift:

Olympiastützpunkt Oberhof
Jägerstraße 10,
98559 Oberhof
Tel. 036842 525124,
E-Mail: brandl@osp-thueringen.de,

Der Thüringer Skiverband. hofft auf einen spannenden und fairen
Wettbewerb und wünscht allen Beteiligten viel Erfolg!

Stationsbeschreibung

15 m und 30 m Sprint

Tiefstart mit Startkommando, Sprint über eine Distanz von 30m. Die Zeitnahme erfolgt jeweils bei 15m und 30m. **Gewertet wird die Durchschnittszeit in 1/10 s aus 15m und 30m. Zwei Wertungsversuche.**

Unterschenkelbeweglichkeit

Einnehmen der Anfahrtsposition mit minimalstem Fußwinkel. (ohne Schuhe). Gewertet wird der Fuß-Unterschenkelwinkel in Grad.

Rumpftiefbeuge

Grundstellung auf Hocker oder Turnbank. Oberkörper Tiefbeugen bei gleichzeitiger Beibehaltung der Kniestreckung, maximale Tiefbeuge mit den Fingerspitzen an der Standfläche vorbei um das Messbrett nach unten zu schieben. Gewertet wird in cm.

Slackline und Bodenturnen

- Balancieren auf der Slackline, Punkteverteilung nach 2m, 1,5m, 1m, 1,5m und 2m mit max. 5 Punkten und
- eine Übungsverbindungen aus vorgegebener Übungszusammenstellung für die Altersklasse S9, S10, S11, u. S12/13... (Videos...), je 6 Elemente; 0-3 P/E und 0-2 Zusatzpunkte für Übungsverbindung. (max.20 Punkte)

Treibhöhe

Grundstellung mit Gymnastikstab in Nackenhaltung, Nach in die Hocke gehen explosiver Sprung senkrecht nach oben. Drei Wertungsversuche. Gewertet wird die Höhe in cm auf der Sprungmeßplatte.

Stand – Weit - Sprung

Schlussprung von leicht nach vorn geneigter fester Unterlage (Umgedrehtes Federbrett) auf Turnmatte. Gewertet wird die erzielte Weite in cm abzüglich der Körpergröße in cm.

Dreier- Schluss – Sprung

dynamische Verbindung von drei Schlussprüngen; Ausgangsposition s.o. Drei Wertungsversuche. Gewertet wird die erzielte Weite in cm.

Kastenbumerang – Lauf

Hochstart, Rolle vorwärts auf Matte quer, um Medizinball ¼ Kreis laufen zum Kastenteil 1, das Kastenteil überspringen und anschließend durchkriechen, den Medizinball umlaufen, Kastenteil 2 überspringen und durchkriechen, den Medizinball umlaufen, Kastenteil 3 überspringen, durchkriechen, Medizinball umlaufen, Lauf über die Ziellinie (ohne Rolle). Nach Erklärung und Probeversuch werden zwei Wertungsläufe Gestartet. (Ein Wertungslauf beginnend mit Kastenteil Nr. 1; 2; 3 (Rechts herum). Ein Wertungslauf beginnend mit Kastenteil Nr. 3; 2; 1 (links herum). Gewertet wird die Zeit in 1/10 s. Beide Durchgänge werden zur Wertung herangezogen (Durchschnittszeit). Wenn der Medizinball beim umlaufen so angestoßen wird, dass er seine Lage verändert, ist der Versuch ungültig und wird wiederholt. Aufbau der Geräte wie in Abbildung.

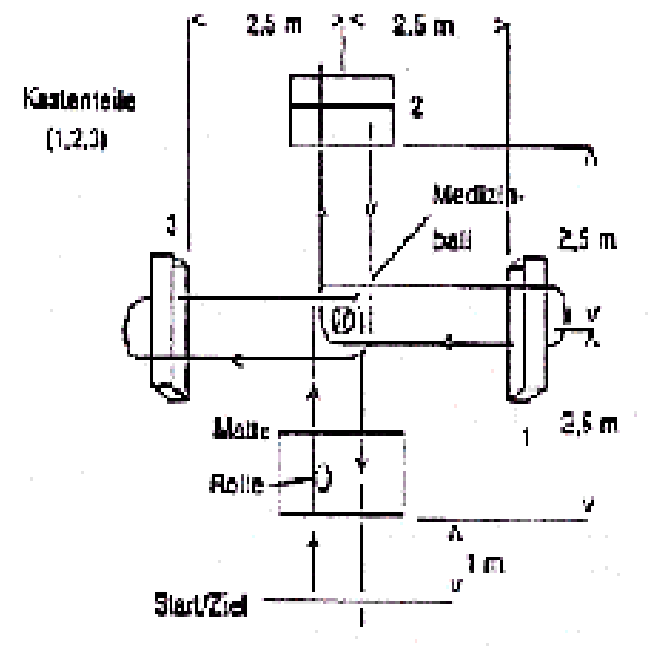


Abb. Kastenbumeranglauf