



Bayerischer Leichtathletik-Verband e.V.

Bezirk Unterfranken

www.blv-unterfranken.de

Jugendwart

Bernhard Schäfers

Miltenberger Str. 43

63785 Obernburg

0160 96500268

bernhardschaefers@web.de

Obernburg, 22.09.2015

E-Kader-Unterfranken 2015/2016

Einladung und Ausschreibung zur Talentiade
für Leichtathleten des Jahrgangs 2002

Liebe Sportfreunde,

wie in den letzten Jahren führt der BLV-Bezirk Unterfranken auch 2014 eine Talentiade für den E-Kader durch.

Im E-Kader sollen die besten Jugendlichen der AK14 gefördert werden. Wichtig dabei ist jedoch keine herausragende Bestleistung in einer speziellen Disziplin, sondern Vielseitigkeit in den Bereichen Sprint, Wurf, Sprung und Lauf. Ziel der E-Kader-Förderung ist es, über eine regelmäßige Zusammenarbeit mit ausgewählten Athleten und ihren Heimtrainern unterstützend auf deren Training einzuwirken.

Nach der [E-Kaderkonzeption des BLV](#) messen sich die Teilnehmer in einem Talent-Test, in dem Fähigkeiten im Bereich Schnelligkeit (30m fliegend), Wurfkraft (Medizinballschocken), Sprungkraft (Fünfer-Hop) und Ausdauer (Coopertest) abgefragt werden (Disziplinbeschreibungen siehe unten).

Die Teilnahme an der Talentiade ist die Voraussetzung für die Aufnahme in den E-Kader des Bezirks. Auch Sportler, die bereits aufgrund ihrer sportlichen Leistungen der vergangenen Saison in den E-Kader aufgenommen wurden, sollten an dieser Maßnahme teilnehmen. Sollten Sportler verletzungs-/krankheitsbedingt oder aus wichtigen familiären Gründen nicht an der Talentiade teilnehmen können, so ist deren Aufnahme in den E-Kader unter Berücksichtigung der erbrachten Saisonbestleistungen durch den Heimtrainer schriftlich zu beantragen. Das entfällt für bereits in den E-Kader aufgenommene Sportler.

In diesem Jahr findet die Talentiade gemeinsam mit den Bezirken Mittelfranken und Oberfranken in Fürth statt.

Datum-und Ort: Sonntag, der 11.Oktober 2015 auf dem Sportplatz des TV Fürth 1860

Adresse: Coubertinstraße 9-11, 90768 Fürth

Beginn: 12:00Uhr (gemeinsames Aufwärmen aller Teilnehmer)

Ende: ca. 16:00Uhr

Meldungen: bis Montag 05.Oktober per E-Mail an bernhardschaefers@web.de
Benötigte Angaben:

Name, Geb.-Datum, Adresse, Tel.-Nr., E-Mail (des Athleten),
Name des Heimtrainers und Verein, E-Mail (Heimtrainer)

Die Teilnahme an der Talentiade ist kostenlos

Hinweise:

- Getränke und Speisen sind nach Eigenbedarf mitzubringen
- Bei Verhinderung durch Verletzung/Krankheit oder aus wichtigen familiären Gründen ist die Aufnahme in den E-Kader durch den Heimtrainer schriftlich zu beantragen.

E-Kader-Lehrgangstermine:

Zwischen Oktober und April werden weitere E-Kader-Trainingsmaßnahmen durchgeführt. Diese finden auf Grund der guten Trainings-Infrastruktur in der Quelle-Leichtathletikhalle und der benachbarten Schulturnhalle in Fürth sowie an verschiedenen Trainingsstätten im Bezirk Unterfranken statt. Einige Maßnahmen werden auch durch die einzelnen LA-Kreise des Bezirks durchgeführt. Der Abschlusslehrgang wird wahrscheinlich wieder in Fürth als Vergleichswettkampf zwischen den Nordbayerischen E-Kadern durchgeführt.

Ablauf der Talentiade / Disziplinbeschreibung:**30m Sprint – fliegend**

Die Anlauflänge beträgt 20m. Danach werden 30m zwischen 2 Lichtschranken mit maximaler Geschwindigkeit durchlaufen. Es sind 2 Durchläufe pro Sportler erlaubt, wovon der Bessere gewertet wird.

5er-Hop

Ausgangsposition ist die Schrittstellung. Der vordere Fuß befindet sich an der Absprunglinie. Es wird ohne Anlauf von der Absprunglinie abgesprungen. Es erfolgen 4 Sprunglaufschrifte auf der Anlaufbahn, der 5. Sprung endet mit beidbeiniger Landung im Sand. Die Sprungfolge ist fließend wechselseitig (z.B. Startstellung - rechts – links – rechts – links – Landung). Die Landung erfolgt beidbeinig auf weichem Untergrund. Es sind 2 Versuche pro Sportler erlaubt, wovon der Bessere gewertet wird.

Medizinballschocken vorwärts:

Ausgangsstellung ist die Frontalstellung, wobei die Beine mindestens Schulterbreit auseinander stehen sollen. Ein Absprung in den Abwurf ist kein Fehler, sondern ein Zeichen für ein intuitiv-besseres Bewegungsverständnis.

Es sind 2 Versuche erlaubt, wovon der Bessere gewertet wird. Jungen schocken mit dem 3kg-Medizinball und Mädchen mit dem 2kg-Medizinball.

Cooper-Test (12min Lauf)

Gelaufen wird auf der 400m-Rundbahn. Das Ziel ist, innerhalb der zur Verfügung stehenden Zeit so viele Meter wie möglich zurückzulegen. Nach 12 Minuten wird der Test abgepfiffen.

Ich hoffe auf zahlreiche Beteiligung.

Bernhard Schäfers

Jugendwart BLV-Bezirk Unterfranken