

# Nikolauspokal 2024 in Brandenburg a.d.H.

- Ausschreibung -

**Veranstalter:** WSV Stahl Beetzsee Brandenburg, Abteilung Kanu

**Termin:** 07.12.2024

**Ort:** Grundschule „Am Beetzsee“

Am Hasselberg 11; 14778 Beetzsee

**Teilnehmer:** Mitglieder des DKV mit gültigem Rennausweis

**Startklassen:** Schüler B und Schüler C  
(Jahrgänge 2013, 2014, 2015,  
2016, 2017)

**Wettkämpfe:** Mehrkampf  
ca. 1000m Lauf  
Medballweitwurf  
(B3: 3kg, B2 & jünger 1,5 kg)  
Gewandtheitslauf  
30m Sprint (fliegend)  
Schlängellauf

**Meldung:** Namentliche Meldung mit Geburtsjahr-> Meldeformular

**Meldetermin:** 27.11.2024

**E-Mail:** nachwuchs@wsvstahl.de

**Kampfrichter:** Jeder teilnehmende Verein stellt einen Kari zur Verfügung.

**Verpflegung:** Selbstverpflegung; Kuchenstand Vorort

**Auszeichnung:** Medaille (Platz 1-3) Urkunden (Platz 1 - 6)

**Zeitplan:** 06.12.2024 -> 18:00 Uhr digitale Mannschaftsleiterversammlung

07.12.2024 -> 08:30 Uhr Anreise

09:30 Uhr Wettkampfbeginn

15:30 Uhr Siegerehrung

**Startgebühren:** 5,00 € pro gemeldeten Sportler

**Bemerkungen:** Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Personen oder Sachschäden.  
Datenschutzrechtlicher Hinweis: Für die Vorbereitung, Durchführung und Auswertung des Wettkampfes werden personenbezogene Daten der Sportler erfasst und den teilnehmenden Vereinen zur Verfügung gestellt. Durch die Abgabe der Meldung erklären Sie sich damit einverstanden.

Die Veranstaltung wird größtenteils Draußen stattfinden! Denk also bitte daran entsprechende Kleidung mitzunehmen! Die Unterbringung von Taschen ist nur begrenzt möglich. Aufenthaltsräume sind vorerst **nicht** geplant. Wir versuche diese noch einzurichten.

## Übungen Nikolauspokal

### 1. 1000m Lauf

- Auf dem Gelände des FC Borussia Brandenburg e.V. oder Regattastrecke Brandenburg

### 2. Ballweitwurf (3 Versuche)

- 1,5 kg bzw. 3,0 kg

### 3. Gewandtheitslauf (2 Versuche)

- Abfolge: Krebsgang vorwärts über eine Bank -> unter Kastenteil durch -> Rolle vorwärts -> Bankspringen (10x) -> Schlängellauf (4 Stangen) -> Seil (10x) -> Rolle rückwärts -> um eine Stange -> Sprint zurück zur Ziellinie -> Siehe Skizze

### 4. Schlängellauf (2 Versuche)

- Die Sportler müssen im Schlängellauf um 8 Kegel hin und wieder zurück Laufen, mit welcher Richtung dabei begonnen wird ist frei zur Entscheidung

### 5. 30m Sprint (fliegend) (1 Versuch)

- 5m Anlauf; 30m geradeaus so schnell wie möglich; Zeitmessung erfolgt durch Lichtschranken

## Gewandtheitslauf

