

27. Jedermann- Zehnkampf

18. und 19. September 2021

Veranstalter	LSC Bad Nauheim Waldstadion Bad Nauheim (Vollkunststoffbahn – elektronische Zeitmessung) Navi/Anfahrt: Rosbacher Str. 1, 61231 Bad Nauheim
Startzeiten	Sa. 18.09. ab 10:00 So. 19.09. ab 09:00
Teilnahmeberechtigung	Sportler*innen, ab 13 Jahren (Jg. 2008) ... auch ohne Vereinszugehörigkeit, die an 2 Tagen die Vielfalt der Leichtathletik und die Herausforderung „Zehnkampf“ erleben wollen.
Paarstart	2 Aktive können sich alle 10 Disziplinen teilen.
Mannschaftswertung	3 Aktive bilden eine Mannschaft. Das punktbeste Team erhält einen Sonderpreis.

Meldeschluss	Samstag, 04. September 2021
---------------------	------------------------------------

Bedingt durch die aktuell unklare Situation (Corona-Pandemie) planen wir derzeit mit 6 Riegen und je 8 Startplätzen (neben dem Einzelstart belegt ein Paar ebenfalls einen Startplatz). Bei weiterhin positiver Entwicklung behalten wir uns eine Öffnung der Riegen vor. Dies können wir jedoch nicht garantieren.

Damit erhalten die **ersten 48 Startplätze**, deren Startgeld und Anmeldung bei uns eingegangen sind, einen sicheren Startplatz.

Ab der 49. bestätigten Anmeldung (inkl. Startgeldeingang) öffnen wir eine Nachrückerliste, aus der die Riegen potentiell aufgefüllt werden. Evtl. Nachrücker auf Grund von Absagen werden ebenfalls aus diese Liste gezogen. Selbstverständlich erstatten wir zeitnah gezahlte Meldegelder, wenn es zu kleiner Berücksichtigung kommt.

Meldeadresse	https://fd2.formdesk.com/lscbadnauheimev/jzk2021/
Es sind <u>ausschließlich</u> Online-Meldungen zugelassen! Jede/r Teilnehmer*in muss seine/ihre Meldung online erfassen. Paare geben ihre Meldung in <u>einem</u> Formular ab.	

Neben dieser Ausschreibung findest Du wichtige **Hinweise** in den Meldebedingungen.

Startgebühren	Einzel (ab Jg. 2001)	30,00 €
	Einzel Jugend (Jg. 2008 – 2002)	25,00 €
	Paar (mind. 1 TN Jg. 2001 u. älter)	35,00 €
	Paar Jugend	30,00 €

Das Online-Meldeformular berechnet die jeweilige Startgebühr automatisch.

Nach Formularschluss sind bedingt **Nachmeldungen** (per E-Mail) möglich. (siehe Nachrückerliste).
Die Nachmeldegebühr beträgt dann pro TN 10,00 €

Mit der Online-Meldung erhältst Du eine E-Mail-Bestätigung incl. Deiner Startgebühr, die Du bitte auf das dort angegebene Konto überweist.

Bei Nichtantreten wird die Startgebühr dem Nachwuchs des LSC gutgeschrieben.

Startunterlagen können am Samstag, 18.09.2021 ab 8:00 Uhr im Stadion abgeholt werden.

Wettkampfregebnisse

Der Zehnkampf umfasst folgende Disziplinen:

Pkt.	1. Tag					2. Tag				
	100m	Weit	Kug	Hoch	400m	110Hü	Dis	Stab	Spe	1500m
001	17,83	2,25	1,53	0,77	81,21	28,09	4,10	1,03	7,12	7:54,11
100	15,86	3,28	3,39	1,04	71,96	24,07	10,44	1,78	15,34	6:49,08
200	14,83	3,97	5,15	1,22	67,27	22,14	16,08	2,31	22,82	6:16,84
300	14,09	4,56	6,87	1,38	63,57	20,65	21,46	2,76	30,04	5:51,57

27. Jedermann- Zehnkampf

18. und 19. September 2021

Wettkampfdisziplinen	Die Reihenfolge der Sprung- und Wurf-Disziplinen kann seitens der Veranstaltungsleitung geändert werden. Sportler*innen haben mit Ausnahme des Hürdenlaufs keine Erleichterungen.
Hürdenlauf	Wir bieten alternativ 2 Strecken an: - 100m-Hürdenlauf mit 76, 84 oder 91cm Höhe Abstände: Anl. 13,00m - 8,50m - Ausl. 10,50m - 110m-Hürdenlauf mit 76, 91 oder 106cm Höhe. Abstände: Anl. 13,72m - 9,14m - Ausl. 14,02m In der Online-Meldung sind Laufstrecke und Hürdenhöhe anzugeben.
Hochsprung	Anfangshöhe 0,80m Steigerung bis 1,30m je 10cm, dann 5cm
Stabhochsprung	Anfangshöhe 1,10m Steigerung bis 2,50m je 20cm, dann 10cm
Wurf und Stoß	Die Wurf- und Stoßgewichte sind analog den Altersklassen zu benutzen. Es sollen eigene Geräte mitgebracht und - nach Passieren der Gerätekontrolle - benutzt werden. Nur ausnahmsweise werden Geräte gestellt.
Gerätekontrolle	Samstag von 08:30 - 10:00 Uhr Sonntag von 08:00 - 10:00 Uhr
Ergebnisliste	... einzusehen unter www.lscbadnauheim.de
Kampfrichter, Helfer, Betreuer und Begleiter	Das Prinzip "Hilfe zur Selbsthilfe" hat in den letzten Jahren gut funktioniert. Daher gilt weiterhin ...

Jeder Verein bzw. jedes Team sind gefordert, einen oder mehrere Kampfrichter und Helfer zu melden. Es ist ausdrücklich erwünscht, ein komplettes Riegenteam (mind. 4 Personen pro Tag) mitzubringen. Ansprechpartner/in und namentliche Nennungen müssen bis 04.09.2021 vorliegen.

Haftung	Eine entsprechende Helfer- und Kampfrichterentschädigung ist vorgesehen. Wir schließen unsere Haftung für leicht fahrlässige Pflichtverletzungen aus, sofern diese keine wesentlichen Pflichten oder Schäden aufgrund einer Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit betreffen. Gleiches gilt für Pflichtverletzungen unserer Erfüllungsgehilfen. Jedem/r Teilnehmer*in empfehlen wir vorher eine sport-medizinische Untersuchung mit Belastungstest.
Verpflegung	Für Verpflegung wird bei Corona-konformer Ausgabe bestens gesorgt. Durch die beiden Tage wird natürlich wieder Zehnkampf-Experte Jens Schulze als Moderator führen.
Information	jzk@lscbadnauheim.de Harry Weisskirchen Gartenstraße 24 61239 Ober-Mörlen Tel. +49 178 / 5626153 ... sowie unter www.lscbadnauheim.de

Covid-19	Wir weisen darauf hin, dass die Durchführung der Veranstaltung unter dem Vorbehalt der Entwicklungen der Corona-Pandemie stehen. Auch ob und welche Beschränkungen gelten werden, kann heute niemand voraussagen. Bitte beachtet die entsprechenden Informationen auf unserer Homepage. Soweit möglich, werden wir allen Gemeldeten auch direkt per E-Mail die letztlich gültigen Durchführungsbedingungen mitteilen.
-----------------	--