



Athletikwettbewerb U9/U11 2025

Der Athletikwettbewerb wird in der kommenden Saison mit jeweils drei verschiedenen Übungen durchgeführt, die zusammen in ein Endergebnis eingehen. Die einzelnen Technikwettbewerbe werden auch weiterhin zu den jeweiligen Turnieren ausgewertet und getrennt für U9 und U11 prämiert.

1. D-Rangliste, 15.02.2025 in Gera

Seilspringen: Anzahl der Durchschläge in 30sec, beidbeiniges Springen, 3 Versuche/Spieler, eigene Seile sollten mitgebracht werden.

2. D-Rangliste, 25.05.2025 in Hermsdorf

Kastensprünge: von einem Kastendeckel (oberstes Kastenteil) 4x10sec. ab und aufspringen.

1. Durchgang: beidbeinig
2. 2. Durchgang: rechtes Bein
3. 3. Durchgang: linkes Bein
4. Beidbeinig

Zwischen den Durchgängen sind immer 10sec. Pause.

Das Kastenteil steht während der Übung an der Wand, an der sich das Kind abstützen darf. Start in jeden Durchgang ist auf dem Kastenteil.

Gezählt werden korrekte Sprünge auf den Kasten, wenn zuvor beidfüßig abgesprungen und gelandet wurde.

3. D-Rangliste, 08.11.2025 in Gera

Japantest: Je 10 Bälle auf den Seitenlinien des Einzelfeldes, die von vorne nach hinten abwechselnd auf der Vorhand- und Rückhandseite mit dem Schläger in Richtung Netz umzustoßen sind.

Start ist auf der Mittellinie und die Bälle sind im Ausfallschritt, mit dem richtigen Fuß (Schlagseite) vorn, umzustoßen. Bei fehlendem Ausfallschritt werden je 5 Sekunden zur Gesamtzeit hinzuaddiert.

Nachdem der Ball umgestoßen wurde, erfolgt die Körperdrehung zum Netz. Bei Körperdrehung zum Hinterfeld werden ebenfalls 5 Sekunden zur Gesamtzeit hinzuaddiert.