

Bergturnfest 2016 „Mensfelder Kopf“

Termin: **27. und 28. August 2016**

Ausrichter: **TuS Mensfelden**

Meldeschluss : **21. August 2016**

Meldung an: **turnen@turngau-mittellahn.de**

Zeitplan Samstag

14:00 Uhr die Wanderer gehen auf die Strecke **UND** die Zeltlagerolympiade beginnt

16:00 Uhr Beginn Geländelauf 425-438

17:00 Uhr Siegerehrung

20:30 Uhr Traditionelles Höhenfeuer - Fackellauf

Zeitplan Sonntag

09:30 Uhr Beginn der WK 214 - 217 sowie WK 229 - 232 (ab 6 -13 Jahre)

10:00 Uhr Walking für alle Altersklassen

10:30 Uhr Beginn der übrigen Mehrkämpfe (ab 14 - 100 Jahre)

ca. 11:30 Uhr Familienwettkämpfe

ca. 11.30 Uhr Schleuderball W und M

ca. 12.30 Uhr Kombiwettkampf Stein/Baumstamm W und M

ca. 13.30 Uhr Berglauf für alle Kids

abschließend Staffel „Rund um den Mensfelder Kopf“

Siegerehrungen werden nach Möglichkeit sofort nach der Auswertung durchgeführt !

Bergturnfest 2016 „Mensfelder Kopf“

Wettkämpfe am Samstag

Zeltlagerolympiade

Ab Anfang August stehen die neuen Spiele auf der Homepage des Turngau Mittellahn e.V. (<http://www.turngau-mittellahn.de>)

Lasst Euch überraschen!

Eine Mannschaft besteht aus jeweils 6 Teilnehmern eines Vereins. Die Teilnehmer können von Spiel zu Spiel variieren, je nachdem, wer für das entsprechende Spiel geeignet erscheint. Eine Altersbegrenzung gibt es nicht ! Die drei Erstplatzierten erhalten?????????

So, hoffentlich haben wir euch neugierig gemacht – dann, auf geht`s und mitgemacht!!!

Geländelauf M / W

Wettkampf

Alter

425 14 - 17 Jahre
426 18 - 39 Jahre
427 40 - 59 Jahre
428 60 Jahre u. ä.

5 km Geländelauf W

435 14 - 17 Jahre
436 18- 39 Jahre
437 40 - 59 Jahre
438 60 Jahre u. ä.

5 km Geländelauf M

440 **Familien - Geländelauf**

... ist für 3 - 4 Personen (es muss mindestens ein Kind bis 13 Jahre dabei sind). Die Gesamtstreckenlänge beträgt 5 km, kürzeste der 4 Teilstrecken beträgt 400 m. Jedes Familienmitglied muss mindestens eine Teilstrecke laufen. Jede teilnehmende Familie erhält ein Präsent.

Bergturnfest 2016 „Mensfelder Kopf“

Wettkämpfe am Sonntag

Wettkampf	Alter	Lauf	Sprung	Wurf/Stoß	
210	20 - 29 Jahre	100 m	x	7,25 kg	
211	18 - 19 Jahre	100 m	x	6,0 kg	
212	16 - 17 Jahre	100 m	x	5,0 kg	
213	14 - 15 Jahre	100 m	x	4,0 kg	
214	12 - 13 Jahre	75 m	Zone	3,0 kg	LA-3-Kampf M
215	10 - 11 Jahre	50 m	Zone	B 80 g	
216	8 - 9 Jahre	50 m	Zone	B 80 g	
217	6 - 7 Jahre	50 m	Zone	B 80 g	

Wettkampf	Alter	Lauf	Sprung	Wurf/Stoß	
218	30 - 39 Jahre	100 m	x	7,25 kg	LA-3-Kampf
219	40 - 49 Jahre	75 m	x	7,25 kg	Senioren

Wahlwettkampf 220 - 224 : 50m oder Vollballwurf, Weitsprung a.d. Stand, Kugel lt.Ausschreibung

Wettkampf	Alter	Lauf	Sprung	Wurf/Stoß	
220	50 - 59 Jahre			6,0 kg	
221	60 - 69 Jahre			5,0 kg	LA-3-Kampf
222	70 - 74 Jahre			4,0 kg	Senioren
223	75 - 79 Jahre			4,0 kg	
224	80 Jahre u. ä.			4,0 kg	

Wettkampf	Alter	Lauf	Sprung	Wurf/Stoß	
225	20 - 29 Jahre	100 m	x	4,0 kg	
226	18 - 19 Jahre	100 m	x	4,0 kg	
227	16 - 17 Jahre	100 m	x	4,0 kg	
228	14 - 15 Jahre	100 m	x	3,0 kg	LA-3-Kampf W
229	12 - 13 Jahre	75 m	Zone	3,0 kg	
230	10 - 11 Jahre	50 m	Zone	B 80 g	
231	8 - 9 Jahre	50 m	Zone	B 80 g	
232	6 - 7 Jahre	50 m	Zone	B 80 g	

Wettkampf	Alter	Lauf	Sprung	Wurf/Stoß	
233	30 - 39 Jahre	100 m	x	4,0 kg	LA-3-Kampf
234	40 - 49 Jahre	75 m	x	4,0 kg	Seniorinnen

Wahlwettkampf 235 - 237 : 50m oder Vollballwurf, Weitsprung a.d. Stand, Kugel lt.Ausschreibung

Wettkampf	Alter	Lauf	Sprung	Wurf/Stoß	
235	50 - 59 Jahre			3,0 kg	LA-3-Kampf
236	60 - 69 Jahre			3,0 kg	Seniorinnen
237	70 Jahre u. ä.			3,0 kg	

Bergturnfest 2016 „Mensfelder Kopf“

Wettkämpfe am Sonntag

Wettkampf	Alter	Schleuderball: 4 Versuche
261	18 - 39 Jahre	1,5 kg-Schleuderball M
262	14 - 17 Jahre	1 kg-Schleuderball M
263	12 - 13 Jahre	800 g-Schleuderball M
265	40 - 59 Jahre	1,5 kg-Schleuderball Senioren
266	60 - 69 Jahre	1 kg-Schleuderball Senioren
267	70 Jahre u. ä.	1 kg-Schleuderball Senioren

Kombiwettkampf 270 - 275 : Je zwei Versuche, addieren der Gesamtweite

Wettkampf	Alter	
270	18 - 39 Jahre	
271	14 - 17 Jahre	7,5 kg-Stein und Baumstamm W
272	12 - 13 Jahre	
273	40 - 59 Jahre	
274	60 - 69 Jahre	7,5 kg-Stein und Baumstamm Seniorinnen
275	70 Jahre u. ä.	

Wettkampf	Alter	
281	18 - 39 Jahre	1 kg-Schleuderball W
282	14 - 17 Jahre	1 kg-Schleuderball W
283	12 - 13 Jahre	800 g-Schleuderball W
284	40 - 59 Jahre	1 kg-Schleuderball Seniorinnen
285	60 - 69 Jahre	800 g-Schleuderball Seniorinnen
286	70 Jahre u. ä.	800 g-Schleuderball Seniorinnen

Kombiwettkampf 290 - 295 : Je zwei Versuche, addieren der Gesamtweite

Wettkampf	Alter	
290	18 - 39 Jahre	
291	14 - 17 Jahre	10 kg-Stein und Baumstamm M
292	12 - 13 Jahre	
293	40 - 59 Jahre	
294	60 - 69 Jahre	10 kg-Stein und Baumstamm Senioren
295	70 Jahre u. ä.	

Bergturnfest 2016 „Mensfelder Kopf“

Wettkämpfe am Sonntag

Familienwettbewerbe: Die Erstplatzierten in jeder Wettkampfklasse erhalten einen Pokal.

Disziplinen: 3x25m Slalomstaffel, Reihenweitsprung der Mannschaft, Medizinballwurf 1kg Vater, 800g Vollballwurf Mutter, 80g Schlagballwurf Kinder 9 Jahre und jünger, 80g Schlagballwurf Kinder 10-12 Jahre.

**Dieser Wettbewerb kann auch mit erwachsenen Familienmitgliedern
z.B Großeltern besetzt werden !**

Wettkampf

- | | |
|------------|--|
| 242 | Vater, Mutter und ein Kind 9 Jahre oder jünger |
| 243 | Vater, Mutter und ein Kind 10 - 12 Jahre |
| 244 | Ein Elternteil und zwei Kinder 9 Jahre oder jünger |
| 245 | Ein Elternteil und zwei Kinder 10 - 12 Jahre |
| 246 | Ein Elternteil und ein Kind 9 Jahre oder jünger |
| 247 | Ein Elternteil und ein Kind 10 - 12 Jahre |
| 248 | Vater, Mutter und zwei Kinder bis 12 Jahre |
| 253 | Mensfelder Berglauf für Schülerklassen ab 8 Jahre.
Die Strecke ist ca. 660m lang ! |
| 257 | Rund um den „Mensfelder Kopf“ 6 x 300 m
Diese Staffel kann als gemischte Staffel ohne Quotenregelung besetzt werden. Die beiden jüngsten Schüler/innenklassen sind hiervon ausgenommen ! |
| 258 | Walking
für alle Altersklassen. Die Strecke beträgt 5 oder 10 km. |

Bergturnfest 2016 „Mensfelder Kopf“

Hinweise :

Alle Teilnehmer sollen pünktlich zu ihrem Wettkampf erscheinen und Lautsprecherdurchsagen beachtet werden.

Bergturnfestsieger ist die/der Punktbeste aus dem LA-3-Kämpfe von 14 bis 49 Jahren (wbl und ml).

Die ersten drei in den Mehrkämpfen erhalten Medaille und Urkunde. Die ersten drei in den Einzeldisziplinen sowie alle Teilnehmer/innen 6-13 Jahren erhalten eine Urkunde. Für die übrigen Wettkämpfe gibt es Sonderauszeichnungen.

Startgebühren:

Mehrkämpfe	Kinder und Jugendliche	3,00 €
Mehrkämpfe	Aktive und Senioren	4,00 €
Einzelkämpfe	Kinder und Jugendliche	2,00 €
Einzelkämpfe	Aktive und Senioren	4,00 €
Familienwettkampf		4,00 €
Mannschaftswettkämpfe		4,00 €

Kampfrichter:

Wir weisen darauf hin, dass der TuS Mensfelden grundsätzlich die Kampfrichter stellt und nur bei Bedarf von den Vereinen noch Kampfrichter zur Verfügung zu stellen sind !

Startrecht:

Alle DSB und DTB-Mitgliedsvereine sind startberechtigt. Die Wettbewerbe werden nach den amtlichen Richtlinien des DTB durchgeführt.

Sonstiges:

Veranstalter und Ausrichter übernehmen keine Haftung für Schäden jeglicher Art. Zeitplanänderungen bleiben dem Veranstalter vorbehalten und werden frühzeitig bekannt gegeben. Urkunden, Medaillen, Ergebnislisten werden **nicht verschickt**. Für Speisen und Getränke wird gesorgt.

Zeltlager:

In der Zeit vom 26.-28. August besteht wieder die Möglichkeit auf dem Gelände oberhalb der Sportanlage zu zelten. Hierbei bietet der Mensfelder Kopf eine super schöne Aussicht auf Taunus und Westerwald. Mit dem Entzünden des Höhenfeuers am Samstagabend gegen 21:00 Uhr beginnt ein Naturerlebnis der besonderen Art ! Selbstverständlich stehen Toiletten und Duschen vor Ort zur Verfügung. Anfragen bzgl. des Zeltens können an Holger Schmidt unter **h.schmidt100@web.de** gerichtet werden.