

# LSW-Spezialsport 4. Werfer- und Springertag mit Deutschen und offenen Süddeutschen Meisterschaften, Kugelwurf-Deutschland-Cup und Hammerwurf-Deutschland-Cup **-UPDATE-**

Der ASC Neu-Isenburg richtet in diesem Jahr die LSW Meisterschaften aus. Der beiliegende Zeitplan stellt einen Rahmenterminplan dar. Nach Eingang der Meldungen wird dieser noch an die Anzahl der Teilnehmer angepasst und die Riegen entsprechend aufgeteilt (möglichst gleiche Riegrößen).

Meldungen bitte unter Angabe **vollständiger** Daten: Name, Vorname, offizieller Vereinsname, Jahrgang, Altersklasse und Angabe zur LSW-Mitgliedschaft (ja/nein bzw. Vereinsmitgliedschaft), für Hammerwurf zzgl. Startpassnummer.

*Nachmeldungen nur in Absprache und soweit organisatorisch möglich (s.u.).*

Der endgültige Zeitplan wird spätestens eine Woche vor Wettkampfbeginn bereitgestellt (Homepage oder per E-Mail).

**Wann:** Samstag, den 24.10.2020, Beginn 08:30 Uhr, Wettkampfbeginn 09:00 Uhr  
Sonntag, den 25.10.2020, Beginn 10:00 Uhr, Wettkampfbeginn 10:30 Uhr

**Wo:** Sportpark Alicestraße  
63263 Neu-Isenburg  
Zugang über Kurt-Schumacher-Straße (13) zum Wurfplatz und Stadion  
50°03'02"N 8°40'11"E

**Disziplinen im Deutschland-Cup:**

- Stand-Kugelwurf-3-Kampf (Speerorama) mit offenen Süddeutschen Meisterschaften, Wertung auch als Disziplin für den Athletik 3-Kampf (Deutsche Meisterschaft).
- Hammerwurf

**Disziplinen als Deutsche Meisterschaft:**

- Diskus Griechisch-3-Kampf **und Diskus Griechisch Einzel (siehe Besonderheit)**
- Kugelstoß 5-Kampf, Wertung auch als Disziplin für den Athletik 2-/3-Kampf
- Kugelschocken 3-Kampf, Wertung auch als Disziplin für den Athletik 2-/3-Kampf (Achtung: Sonntag 25.10.2020)
- Stand-Weitsprung
- Zweisprung aus dem Stand
- Athletik 2-Kampf (Kugelstoß 5-K und Kugelschocken 3-K)
- Athletik 3-Kampf (Kugelstoß 5-K, Kugelschocken 3-K und Kugelwurf 3-K)

**Wichtiger Hinweis für LSW:**

Eigene Geräte sind nur nach Voranmeldung zugelassen. Der Veranstalter stellt Geräte. **Hammerwurfgeräte müssen mitgebracht werden.** Wir möchten auch darum bitten, dass ihr uns mit Helfern bzw. Kampfrichtern unterstützt. Es ist jedoch geplant, an jeder Wettkampfstätte drei eigene Kampfrichter zur Verfügung zu stellen. Bitte Geräte und Kampfrichter-/Helferbereitschaft bei der Meldung mit angeben.

Alle Teilnehmer mit Hauptklassen-Gewichten werden automatisch für die Hauptklasse gewertet. Ältere Teilnehmer müssen die Hauptklassen separat melden und mit den schwereren Gewichten nachwerfen.

Mannschaften müssen in der endgültigen Zusammensetzung gemeldet werden.

Ebenfalls vorgesehen ist der Verkauf von Getränken und Verpflegung.  
Urkunden gibt es für jeden Teilnehmer (nicht für die Hauptklasse), Meisterschafts-Medaillen für die Plätze 1-3. Keine Medaillen für Hauptklasse und Mannschaften!

Meldungen erfolgen nur per E-Mail an [HP.SCHABINGER@GOOGLEMAIL.COM](mailto:HP.SCHABINGER@GOOGLEMAIL.COM)

Meldeschluss ist bereits Freitag, der **02.10.2020**, 24 Uhr – Eingang der Mail.  
Nachmeldungen bis Freitag, den 09.10.2020 nur in Absprache möglich - nur wenn Platz in den Riegen ist – (Nachmeldegebühr + 3 €/Disziplin)

Einzelheiten zu den Disziplinen und Meldegebühren entnehmt ihr bitte dem beiliegenden Auszug aus der Wettkampfordnung (Stand 30.4.2018).

#### **Besonderheit Diskus Griechisch Einzel:**

Das Diskus Gr Einzel muss separat gemeldet werden. Der Wettkampf erfolgt zusammen mit dem Diskus Gr 3-Kampf. Es sind nur 3 Versuche vorgesehen, Teilnehmer im Diskus Gr 3-Kampf erhalten keine zusätzlichen Versuche - Wertung erfolgt hier nur separat aus den Versuchen des 3-Kampfes. Nur Teilnehmer die keinen Diskus Gr. 3-Kampf melden haben somit drei eigene Versuche mit ihrem Gewicht gem. AK. Es gibt eigene Medaillen und Urkunden. Reduziertes Meldegeld – für Teilnehmer die Einzel und 3-Kampf melden fällt nur einmal die LSW-Zusatzgebühr an, soweit keine LSW-Mitgliedschaft besteht.

Mit der Meldung erklärt sich der Teilnehmer (bei nicht volljährigen Teilnehmern, beide Elternteile) zur Veröffentlichung seiner in der Anmeldung enthaltenen Daten, Ergebnissen und Fotos vom Wettkampf in Medien und im Internet einverstanden.

Die angehängte Datenschutzerklärung **muss** für Nichtmitglieder sowie minderjährige Teilnehmer (nur für LSW) mit der Meldung eingereicht werden und am Wettkampftag im Original im Wettkampfbüro vorgelegt werden. Hammerwurf-Teilnahme nur mit Startpass möglich. Bitte dringend die beiliegende Erklärung beachten!

**Haftung: Der Ausrichter übernimmt keine Haftung für Schäden jeglicher Art. Die Wettkämpfe werden nach der Wettkampfordnung und Sicherheitsregeln des LSW Sportsport e. V. sowie der IWR (DLV) durchgeführt. Die Anweisungen der Kampfrichter an den Wettkampfstätten sind zu befolgen.**

**Aus gegebenem Anlass, sind die beiliegenden Hygiene-Vorschriften Bedingung für eine Teilnahme. Nichteinhaltung führt zum Wettkampfausschluss! Diese muss zum Wettkampfbeginn im Original unterschrieben und im Wettkampfbüro abgegeben werden. Bitte habt Verständnis dafür, dass wir euch nicht mit Handschlag begrüßen werden. Ihr seid deshalb aber nicht weniger willkommen!**

Wir freuen uns auf eure Teilnahme und auf ein gutes Gelingen der Veranstaltung. Allen eine sichere und gute Anreise sowie gute Leistungen und verletzungsfreie Wettkämpfe.

Mit sportlichen Grüßen

Hans-Peter Schabinger

## LSW-Spezialsport 4. Werfer- und Springertag, DM/SDM/Deutschland-Cup und Hammerwurf Deutschland-Cup

Samstag, den 24.10.2020

Uhrzeit	Disziplin	Riege	Wettkampf-Anlage	Alterklassen	TN
08:30	Einweisung der Kampfrichter		alle Disziplinen		
08:45	Begrüßung der Teilnehmer		auf dem Wurfplatz		
09:00	Standkugelstoß 5-K	Riege 1	Kugelanlage 1 Stadion		
09:00	Standkugelstoß 5-K	Riege 2	Kugelanlage 2		
09:00	Diskus Griechisch und 3-K	Riege 3	Diskusring vorne li		
09:00	Stand-Kugelwurf 3-K	Riege 4	Diskusring hinten li		
10:30	Standweitsprung	Riege 3+4	Weitsprunggrube 1 Stadion		
10:30	Standweitsprung	Riege 3+4	Weitsprunggrube 1 Stadion		
11:30	Diskus Griechisch und 3-K	Riege 1	Diskusring vorne li		
11:30	Stand-Kugelwurf 3-K	Riege 2	Diskusring hinten li		
11:30	Zweisprung aus d.Stand	Riege 3+4	Weitsprunggrube 1 Stadion		
11:30	Zweisprung aus d.Stand	Riege 3+4	Weitsprunggrube 1 Stadion		
13:00	Diskus Griechisch und 3-K	Riege 4	Diskusring vorne li		
13:00	Stand-Kugelwurf 3-K	Riege 3	Diskusring hinten li		
13:30	Standweitsprung	Riege 1+2	Weitsprunggrube 1 Stadion		
13:30	Standweitsprung	Riege 1+2	Weitsprunggrube 1 Stadion		
14:30	Standkugelstoß 5-K	Riege 3	Kugelanlage 1 Stadion		
14:30	Standkugelstoß 5-K	Riege 4	Kugelanlage 2		
14:30	Zweisprung aus d.Stand	Riege 1+2	Weitsprunggrube 1 Stadion		
14:30	Zweisprung aus d.Stand	Riege 1+2	Weitsprunggrube 1 Stadion		
15:30	Stand-Kugelwurf 3-K	Riege 1	Diskusring hinten li		
15:30	Diskus Griechisch und 3-K	Riege 2	Diskusring vorne li		
17:15	Restliche Siegerehrungen und gemütliches Beisammensein				
18:30	(circa) Veranstaltungsende Samstag				

Zeitplanänderungen vorbehalten, Siegerehrungen an der Anlage. Urkunden können im Wettkampfbüro 1 Std. nach Wettkampf abgeholt werden, wenn ihr früher weg müsst. Sonst Verteilung ab 17:15 Uhr.  
Toiletten am Sportplatz vorhanden. Umkleidemöglichkeiten dürfen nicht bereitgestellt werden.  
**Stadion = Anlagen im Nebenstadion, andere Anlagen auf dem Wurfplatz**

## LSW-Spezialsport 4. Werfer- und Springertag, DM/SDM/Deutschland-Cup und Hammerwurf Deutschland-Cup

Sonntag, den 25.10.2020

Uhrzeit	Disziplin	Riege	Wettkampf-Anlage	Alterklassen	TN
10:00	Einweisung der Kampfrichter		alle Disziplinen		
10:15	Begrüßung der Teilnehmer		auf dem Wurfplatz		
10:30	Standkugelschock 3-K	Riege 1	Kugelanlage 1 Stadion		
10:30	Hammerwurf	Riege 2	Diskusring vorne li		
13:00	Hammerwurf	Riege 1	Diskusring vorne li		
13:00	Standkugelschock 3-K	Riege 2	Kugelanlage 1 Stadion		
15:30	Standkugelschock 3-K	(Riege 3)	Kugelanlage 1 Stadion		
15:30	Hammerwurf	(Riege 4)	Diskusring vorne li		
16:30	Standkugelschock 3-K	(Riege 4)	Kugelanlage 1 Stadion		
16:30	Hammerwurf	(Riege 3)	Diskusring vorne li		
17:45	Restliche Siegerehrungen und gemütliches Beisammensein				
18:30	(circa) Veranstaltungsende Sonntag				

Zeitplanänderungen vorbehalten, Siegerehrungen an der Anlage. Urkunden können im Wettkampfbüro 1 Std. nach Wettkampf abgeholt werden, wenn ihr früher weg müsst. Sonst Verteilung ab 17:45 Uhr.  
Toiletten am Sportplatz vorhanden. Umkleidemöglichkeiten dürfen nicht bereitgestellt werden.  
**Stadion = Anlagen im Nebenstadion, andere Anlagen auf dem Wurfplatz**  
Riege 3+4 nur nach Bedarf, falls Riege 3/4 entfällt, Siegerehrung entsprechend früher.



### 7.2.1 Zweisprung aus dem Stand:

- Die Teilnehmer können in einer oder in mehreren Riegen starten.
- Die Sprungfolge kann wie folgt durchgeführt werden:  
Links - rechts oder rechts - links.  
*Hinweis: Der Zweisprung ist quasi die letzte 2/3-Phase des Dreisprunges, aber aus dem Stand.*
- Das Absprungbein darf vor dem Absprung den Boden nicht verlassen.

Die Teilnehmer teilen vor dem Wettkampf dem Kampfrichter den gewünschten Absprungpunkt (Absprunglinie) vor der Sprunggrube mit.

*Hinweis: Der Springer entscheidet somit selbst, welche Entfernung zur Grube hin er wählt.*

Hierzu können aus Vereinfachungsgründen vor der Sprunggrube im Abstand von 2 m bis 4 m jeweils alle 0,5 m Markierungslinien gezogen und erforderlichenfalls von der Grube weg fortlaufend nummeriert werden.

- Die Messung erfolgt geradlinig von der Absprunglinie.
- Bei Gleichstand entscheidet der zweitbeste Versuch.  
Besteht auch hier Gleichstand, dann erfolgt gleiche Platzierung.

### 7.2.2 Standweitsprung:

- Die Teilnehmer können in einer oder in mehreren Riegen starten.
- Der Absprung erfolgt zweibeinig aus dem Stand von der Kante der Sprunggrube bzw. der Absprunglinie.
- Die Absprungbeine dürfen vor dem Absprung den Boden nicht verlassen.
- Die Messung erfolgt geradlinig vom Kantenrand bzw. der Absprunglinie.
- Bei Gleichstand entscheidet der zweitbeste Versuch.  
Besteht auch hier Gleichstand, dann erfolgt gleiche Platzierung.

### 7.3 LSW-Speziport Wurf:

#### Grundsätzliches:

- Für alle LSW-Wurfdisziplinen gilt:  
Die Voraussetzungen für einen gültigen Versuch werden bezüglich der leichtathletischen und rasenkraftsportlichen Geräte/ Bedingungen grundsätzlich gemäß den Bestimmungen des IWB, DLV und DRTV (jeweils aktuelle Version) geregelt, sofern die LSW-Mitgliederversammlung (JHV) dies beschließt.
- Bei einem technischen Defekt des Wettkampfgerätes oder Störung bzw. Behinderung des Athleten erfolgt eine Wiederholung des Versuches.
- Alle Mehrkämpfe werden nach Möglichkeit ansteigend vom leichten zum schweren Gerät hin durchgeführt.
- Bei Gleichstand bei Mehrkämpfen erfolgt gleiche Platzierung.

### 7.3.1 Stand-Kugelstoß-Fünfkampf (LSW-Shotorama):

- Bei diesem Kugelstoßen aus dem Stand kommen fünf verschieden schwere Geräte zum Einsatz.  
*Hinweis: Nach internationaler Regelung wird ab dem 01.01.2003 bei der Klasse M 50/55 die 6,00-kg-Kugel benutzt.*
- Das 10,00-kg- sowie das 15,00-kg-Gerät können wahlweise eine Kugel oder ein Stoßstein sein.
- Es ist gestattet, auch kleinere Kugeln mit gleichem Gewicht zu benutzen. Der Durchmesser dieser Kugeln darf allerdings nicht den offiziellen Durchmesser der darunter eingestuften Kugel unterschreiten.
- Beispiel: Eine 5,00-Kugel muss den Mindestdurchmesser von 95 mm aufweisen (Minimum der 4,00-Kugel).*
- Es sind nur Standwürfe erlaubt. Beide Füße müssen während der Auftaktbewegungen bzw. des Ausholens ständig Bodentakt haben (kein Fußabheben).  
Erst beim Ausstoß ist ein Hoch- und/oder Umspringen erlaubt.
- Die Finger dürfen einzeln getapt werden.
- Der Wettkämpfer hat max. drei Versuche pro Gerätegewicht.
- Der Wettkampf wird vom leichten zum schweren Gerät hin durchgeführt.
- Shotorama wird grundsätzlich aus dem Kugelstoßring ausgeführt.
- Der Wurfsektor beträgt 34,92° (ab 01.01.2003).
- Die weitesten der jeweils max. drei Versuche pro Einzelgerät werden addiert und ergeben zusammen das Endergebnis.
- Bei Gleichstand erfolgt gleiche Platzierung.
- Altersklassen und Geräte (Schülerinnen C sind nicht startberechtigt):

Schüler C (M 10 / M 11) – U 12	2,0 – 2,5 – 3,00 – 4,00 – 5,00 kg
Schüler B (M 12 / M 13) – U 14	2,5 – 3,0 – 4,00 – 5,00 – 6,00 kg
Schüler A (M 14 / M 15) – U 16	3,0 – 4,0 – 5,00 – 5,00 – 7,26 kg
Männliche Jugend B + A (M 16 bis M 19) - U 18 + U 20	4,0 – 5,0 – 6,00 – 7,26 – 10,0 kg
MHK, M 20 bis M 45	5,0 – 6,0 – 7,26 – 10,0 – 15,0 kg
M 50 bis M 65	4,0 – 5,0 – 6,00 – 7,26 – 10,0 kg
M 70 und älter	3,0 – 4,0 – 5,00 – 6,00 – 7,26 kg
Schülerinnen B + A (W 12 bis W 15) – U 14 + U 16	2,0 – 2,5 – 3,00 – 4,00 – 5,00 kg
Weibliche Jugend B + A (W 16 bis W 19) - U 18 + U 20	2,5 – 3,0 – 4,00 – 5,00 – 6,00 kg
WHK, W 20 bis W 45	3,0 – 4,0 – 5,00 – 6,00 – 7,26 kg
W 50 und älter	2,5 – 3,0 – 4,00 – 5,00 – 6,00 kg

### 7.3.2 Stand-Kugelschock-Dreikampf (LSW-Schockorama):

- Bei diesem Kugelschock-Dreikampf erfolgen einarmige Kugelschockwürfe **aus dem Stand** mit drei verschiedenen schweren **Kugeln**.  
*Hinweis: Es dürfen somit keine Scheiben oder Disken benutzt werden!*
- Es ist gestattet, auch kleinere Kugeln mit gleichem Gewicht zu benutzen. Der Durchmesser dieser Kugel darf allerdings nicht den offiziell zulässigen Durchmesser der darunter eingestuften Kugel unterschreiten.
- Es sind nur Standwürfe erlaubt. Beide Füße müssen während der Auftaktbewegungen bzw. des Anschwingens ständig Bodentakt haben (kein Fußabheben).  
Erst beim Auswurf ist ein Hoch- und/oder Umspringen erlaubt.
- Die Finger dürfen einzeln getapt werden.
- Das Tragen von Handschuhen ist zulässig.
- Der Wettkämpfer hat max. drei Versuche pro Gerätegewicht.
- Der Wettkampf wird vom leichten zum schweren Gerät hin durchgeführt.
- Der Wettbewerb sollte aus Sicherheitsgründen aus dem Diskus- oder Hammerwurfring mit Schutzkäfig durchgeführt werden.
- Der Wurfsektor beträgt 34,92° (ab 01.01.2003).
- Die weitesten der jeweils max. drei Versuche pro Einzelgerät werden addiert und ergeben zusammen das Endergebnis.
- Bei Gleichstand erfolgt gleiche Platzierung.
- Altersklassen und Geräte (Schüler/-innen D sind nicht startberechtigt):

Schüler C + B (M 10 bis M 13) – U 12 + U 14	1,5 kg – 2,0 kg – 2,5 kg
Schüler A (M 14 / M 15) – U 16	2,0 kg – 2,5 kg – 3,0 kg
Männliche Jugend B + A (M 16 bis M 19) – U 18 + U 20	2,5 kg – 3,0 kg – 4,0 kg
MHK, M 20 bis M 45	3,0 kg – 4,0 kg – 5,0 kg
M 50 bis M 65	2,5 kg – 3,0 kg – 4,0 kg
M 70 und älter	2,0 kg – 2,5 kg – 3,0 kg
Schülerinnen C + B + A (W 10 bis W 15) – U 12 bis U 16	1,5 kg – 2,0 kg – 2,5 kg
Weibliche Jugend B + A (W 16 bis W 19) – U 18 + U 20	1,5 kg – 2,0 kg – 2,5 kg
WHK, W 20 bis W 45	2,0 kg – 2,5 kg – 3,0 kg
W 50 und älter	1,5 kg – 2,0 kg – 2,5 kg

### 7.3.3 LSW-Athletik-Zweikampf:

- Der Athletik-Zweikampf kann eigenständig oder als Kombinationswertung von Einzelwettkämpfen von Stand-Kugelstoß-Fünfkampf (Shotorama) und Stand-Kugelschock-Dreikampf (Schockorama) durch Bestweiten-Addition der Einzeldisziplinen durchgeführt werden.
- Die beiden Einzelwettbewerbe können an einem oder an zwei aufeinanderfolgenden Tagen sowie auf zwei unterschiedlichen Wettkampforten bzw. -anlagen durchgeführt werden.
- Bei Gleichstand erfolgt gleiche Platzierung.



### 7.3.4 Stand-Kugelwurf-Dreikampf (LSW-Speerorama):

- Bei diesem Kugelwurf-Dreikampf erfolgt einarmiges Kugelwerfen **über den Kopf aus dem Stand** mit drei verschiedenen schweren **Kugeln**.  
*Hinweis: Die Wurfausführung erfolgt somit wie beim Speerwerfen.*  
**Eine seitliche Ausführung des Wurfes wie beim Schockorama ist nicht gestattet.**  
Ein solcher Versuch ist ungültig zu werten!
- Es dürfen nur Kugeln benutzt werden.  
Es ist gestattet, auch kleinere Kugeln mit gleichem Gewicht zu benutzen.  
Der Durchmesser dieser Kugeln darf allerdings nicht den offiziell zulässigen Durchmesser der darunter eingestuften Kugel unterschreiten.
- Es sind nur Standwürfe erlaubt. Beide Füße müssen während der Auftaktbewegungen bzw. des Anschwingens ständig Bodentakt haben (kein Fußabheben).  
Erst beim Auswurf ist ein Hoch- und/oder Umspringen erlaubt.
- Die Finger dürfen einzeln getapt werden.
- Das Tragen von Handschuhen ist zulässig.
- Der Wettkampf wird von den leichten zum schweren Gewicht hin durchgeführt.
- Jeder Wettkämpfer hat max. drei Versuche.
- Die Würfe können von der Speerwurfanlaufbahn oder aus dem Diskus-, Hammer oder Kugelring ausgeführt werden.  
Der Wettbewerb sollte aber aus Sicherheitsgründen aus dem Hammer- oder Diskuswurfiring mit Schutzkäfig durchgeführt werden.
- Der Wurfsektor beträgt 34,92° (ab 01.01.2003).
- Die weitesten der jeweils max. drei Versuche pro Einzelgerät werden addiert und ergeben zusammen das Endergebnis.
- Bei Gleichstand erfolgt gleiche Platzierung.
- Altersklassen und Geräte (Schüler/-innen D sind nicht startberechtigt):

Schüler C bis A (M 10 bis M 15) – U 12 bis U 16	1,0 kg – 1,5 kg – 2,0 kg
Männliche Jugend B + A (M 16 bis M 19) - U 18 + 20	2,0 kg – 2,5 kg – 3,0 kg
MHK, M 20 bis M 45	2,0 kg – 2,5 kg – 3,0 kg
M 50 bis M 65	1,5 kg – 2,0 kg – 2,5 kg
M 70 und älter	1,0 kg – 1,5 kg – 2,0 kg
Schülerinnen C bis A (W 10 bis W 15) – U 12 bis U 16	1,0 kg – 1,5 kg – 2,0 kg
Weibliche Jugend B + A (W 16 bis W 19) - U 18 + U 20	1,5 kg – 2,0 kg – 2,5 kg
WHK, W 20 bis W 45	1,5 kg – 2,0 kg – 2,5 kg
W 50 und älter	1,0 kg – 1,5 kg – 2,0 kg



### 7.3.5 LSW-Athletik-Dreikampf:

- Der Athletik-Dreikampf kann eigenständig oder als Kombinationswertung von Einzelwettkämpfen von Stand-Kugelstoß-Fünfkampf (Shotorama), Stand-Kugelschock-Dreikampf (Schockorama) und Stand-Kugelwurf-Dreikampf (Speerorama) durch Bestweiten-Addition der Einzeldisziplinen organisiert werden.
- Die drei Einzelwettbewerbe können an einem, an zwei oder an drei aufeinanderfolgenden Tagen sowie innerhalb dieses Zeitrahmens auf bis zu drei unterschiedlichen Wettkampforten bzw. -anlagen durchgeführt werden.
- Bei Gleichstand erfolgt gleiche Platzierung.

### 7.3.8 LSW-Diskuswerfen griechisch (Historischer Diskuswurf):

- Bei diesem einarmigen Diskuswerfen wird aus dem Stand mit schweren Metallscheiben (z.B. Hantelscheiben) geworfen. Das Benutzen von Männerdisken (2,00 kg), sog. Halbdiskens o.ä. als Ersatz für die Metallscheiben ist nicht gestattet.
- Es sind nur Standwürfe erlaubt. Beide Füße müssen während der Auftaktbewegungen bzw. des Anschwingens ständig Bodentakt haben  
*Hinweis: Kein Fußabheben beim Auftakt/Ausholen.*  
Erst beim Auswurf ist ein Hoch- und/oder Umspringen erlaubt.
- Die Finger dürfen einzeln getapt werden.
- Das Tragen von Handschuhen ist zulässig.
- Jeder Wettkämpfer hat zunächst max. drei Versuche.
- Aus Sicherheitsgründen sollte der Wettkampf aus einem Hammer- oder Diskuswurfring mit Schutzgitter bzw. -netz durchgeführt werden.
- Der Sektor beträgt 34,92° (ab 01.01.2003).

Bei Gleichstand entscheidet die zweitbeste Weite. Besteht auch hier Gleichheit, erfolgt gleiche Platzierung.

Altersklassen und Geräte

Schüler/-innen sind aus Gesunderhaltungsgründen erst ab dem Alter 14 startberechtigt:

<b>Schüler A (M 14 u. M 15) – U 16</b>	<b>2,50 kg</b>
<b>Männliche Jugend B (M 16 + M 17) – U 18</b>	<b>3,00 kg</b>
<b>Männliche Jugend A (M 18 + M 19) – U 20</b>	<b>3,75 kg</b>
<b>MHK, M 20 bis M 45</b>	<b>5,00 kg</b>
<b>M 50 u. M 55</b>	<b>3,75 kg</b>
<b>M 60 u. M 65</b>	<b>3,00 kg</b>
<b>M 70 und älter</b>	<b>2,50 kg</b>
<b>Schülerinnen C bis A (W 10 - W 15) – U 12 bis U 16</b>	<b>2,00 kg</b>
<b>Weibliche Jugend B + A (W 16 - W 19) - U 18 + U 20</b>	<b>2,50 kg</b>
<b>WHK, W 20 bis W 45</b>	<b>2,50 kg</b>
<b>W 50 und älter</b>	<b>2,00 kg</b>

### 7.3.9 Dreikampf LSW-Diskuswerfen griechisch:

- Bei dieser Disziplin werden drei verschieden schwere Metallscheiben (z.B. Hantelscheiben) geworfen.
- Die Regeln aus der Einzelwertung Diskus griechisch gelten auch für diesen Mehrkampf (u.a. wird einarmig auf der Diskus- oder Kugelstoßanlage geworfen, werden keine LA-Disketten und keine Halbdisketten eingesetzt, es erfolgt schräge Messung etc.).
- Für alle Altersklassen sind beim Dreikampf Diskus griechisch grundsätzlich bis zu drei Versuche je Einzelgerätgewicht mit den offiziell zugelassenen schweren Metallscheiben erlaubt.

Wird das Dreikampfergebnis allerdings u.a. auch aus einem Einzelwettkampf mit max. sechs Versuchen (oder auch einem zweiten Start in der Hauptklasse) errechnet, so wird die beste Leistung aus dem/den Einzelwettkampf/-kämpfen (selbst wenn diese erst im Endkampf erzielt wurde) für diesen Mehrkampf gewertet.

Ergebnisse aus einem zusätzlichen Endkampf (z.B. die besten Athleten aus den einzelnen Endkämpfen in den verschiedenen Altersklassen) bleiben beim Dreikampf Diskus griechisch unberücksichtigt.

- Die Reihenfolge des Geräteinsatzes wird vom Veranstalter festgelegt.
- Die besten Weiten pro Einzelgerät werden addiert und ergeben das Endergebnis.
- Besteht hierbei Gleichstand bei einem oder mehreren Athleten, erfolgt gleiche Platzierung.
- Ausrichten steht es frei, bei Wettkämpfen, bei denen es sich nicht um Meisterschaften handelt, andere Mehrkampfvarianten anzubieten. Es erfolgt hierzu aber keine statistische Erfassung. Geräte unter 2,00 kg dürfen hierbei nicht eingesetzt werden.
- Altersklassen und Geräte (Schüler/-innen sind aus Gesunderhaltungsgründen erst ab dem Alter 14 startberechtigt):

<b>MHK, M 20 bis M 45</b>	<b>3,00 + 3,75 + 5,00 kg</b>
<b>M JA (U 20) + M JB (U 18) + M 50 bis M 65</b>	<b>2,50 + 3,00 + 3,75 kg</b>
<b>M 70 u. ä. + Schüler A + alle weiblichen Klassen ab W 14</b>	<b>2,00 + 2,50 + 3,00 kg</b>

### 7.4. Hammerwurf nach Regeln der IWR (LSW-Rahmenprogramm)

- Bei dieser Disziplin werden möglicherweise die Leistungen nur von den Landesverbänden anerkannt, die Rasenkraftsport-/LSW-Ergebnisse Anerkennen, da der Wettkampf als LSW-Wettkampf ausgerichtet wird. Hinweis: in Hessen ist LSW dem Rasenkraftsport angegliedert.

**Bitte ggf. mit dem eigenen Landesverband abklären.**

- Keine Hauptklassen und keine Mannschaften beim Hammerwurf

**8. Übersicht über die Wettkampfgebühren in Euro** (ohne Doppelstarts):  
(Stand: Ab 01.01.2018 lt. Beschluss der LSW-Mitgliederversammlung vom 11.11.2017)

**8.1 Wettkampfgebühren:**

**Die nachfolgend aufgeführten Gebühren gelten für LSW-Mitglieder.** Die Veranstalter sind berechtigt, für Nicht-LSW-Mitglieder höhere Wettkampf-Teilnahmegebühren nach eigener Konzeption zu berechnen. Der Regelsatz hierfür beträgt 5,- Euro pro LSW-Einzeldisziplin, LSW-Drei- und LSW-Fünfkampf (z.B. Standkugelstoß- und Stoßer-Fünfkampf). Bei Teamwertungen sowie Acht- und Zehnkämpfen können die Veranstalter bei LSW-Nichtmitgliedern ebenso weiter nach oben abweichen wie bei komplizierten Doppelstarts.

**8.2 Übersicht über die Wettkampfgebühren in Euro** (ohne Doppelstarts):

**8.2.4 Deutsche LSW-Meisterschaften und Deutschland-Cups:**

- **Je Einzel-Disziplin:**

Schüler/-innen	<b>4,00, DG-Einzel 3,00</b>
M / W Jugend	<b>5,00, DG-Einzel 4,00</b>
M 20/W 20 und älter	<b>7,00, DG-Einzel 5,00</b>
- **Je Drei- und Fünfkampf:**

Schüler/-innen	<b>5,00</b>
M / W Jugend	<b>6,00</b>
M 20/W 20 und älter	<b>9,00</b>
Zusatzkosten bei Athletik-2-Kampf:	<b>5,00</b>
Zusatzkosten bei Athletik-3-Kampf:	<b>5,00</b>

**8.2.6 Mannschaftsgebühren:**

Die Höhe der Mannschafts-Startgebühren bleibt dem Veranstalter vorbehalten. Mannschaftsgebühren: **10,00**

**Nachmeldegebühren:** **3,00 je Disziplin/Dreikampf**

**Hauptklassen Zusatzstarts:** **3,00 je Disziplin/Dreikampf**

**Hygiene-Zusatzabgabe:** **5,00 je Teilnehmer 1x**  
(wegen Corona-Maßnahmen)

**Hammerwurf:** **5,00 je Teilnehmer**

# Hygiene-Vorschriften zum Wettkampf am 24./25.10.2020

## Hinweis:

Diese Regeln sind den Corona-Pandemie Vorschriften der Stadt Neu-Isenburg sowie dem Land Hessen geschuldet und Wettkämpfe können nur unter diesen Voraussetzungen von uns angeboten und durchgeführt werden.

Wer diese Vorschriften nicht beachten kann oder will, kann leider nicht am Wettkampf teilnehmen.

Ein Verstoß dieser Regeln führt zur Ermahnung des Teilnehmers.

**Wiederholter Verstoß führt zum sofortigen Ausschluss und Disqualifizierung des Teilnehmers durch die Wettkampfleitung. Ausgeschlossene Teilnehmer müssen den Sportplatz verlassen.**

## Vorbedingungen für den Wettkampftag:

Fragen (Antworten bitte am Wettkampftag ankreuzen):

1. Hatten Sie in den letzten 14 Tagen direkten Kontakt mit einer Kontaktperson eines bestätigten COVID-19-Falls?  
0 JA oder 0 NEIN
2. Hatten Sie in den letzten 14 Tagen direkten Kontakt zu einer Person, bei der Corona-Virus (2019 nCoV) nachgewiesen wurde?  
0 JA oder 0 NEIN
3. Bestehen Symptome einer Erkältung, Husten oder Atembeschwerden **und** haben Sie zusätzlich erhöhte Temperatur oder Fieber?  
0 JA oder 0 NEIN

**Falls sie eine dieser Fragen mit ja beantworten müssen, ist ein Start leider nicht möglich!**

## Regeln am Wettkampftag:

1. Es besteht grundsätzlich beim Betreten des Sportplatzes **Maskenpflicht** (Mund und Nase) – Das Tragen von Brillen ist empfehlenswert. Direkt beim Wurf kann die Maske entfernt werden, weil sich der Wettkämpfer allein im Ring mit genügend Abstand zu anderen Teilnehmern aufhält. Nach dem Wurf wird die Maske direkt vor Verlassen des Rings wieder angelegt. Jeder Teilnehmer führt eine Maske mit.
2. **Zuschauer oder Besucher** sind am Wettkampftag im Stadion, im Nebens Stadion sowie auf dem Wurfplatz **nicht zugelassen**. Der Zutritt ist ausschließlich für Teilnehmer oder Kampfrichter/Helfer erlaubt. Bitte beachten, falls Partner oder andere Personen mitgebracht werden! Mitgebrachte Personen setzen wir gerne als Kampfrichter/Helfer ein.
3. Es besteht grundsätzlich **Abstandspflicht** zu/von anderen Personen von mindestens 1,5 - 2m. Insbesondere zu den Helfern/Kampfrichtern besonders auf großen

Abstand achten, da diese den ganzen Tag im Einsatz und daher besonders gefährdet sind. Wir bitten darum, dass sich die Teilnehmer eigene Sitzgelegenheiten mitbringen, um den Abstand beim Sitzen zu gewährleisten. Es werden zusätzlich einige wenige Bänke bereitstehen, die allerdings nur jeweils mit zwei Personen zu besetzen sind und daher nur begrenzt Platz bieten! Personen, die in gemeinsamen Haushalten leben, dürfen die Abstandsregeln brechen, diese Personen melden dies jeweils beim Kampfrichter zu jeder Disziplin an. Während der Bewegung auf dem Sportplatz (z.B. von Anlage zu Anlage) sollen jedoch auch diese Personen die Abstände einhalten.

4. Mitzuführen und zu benutzen ist von jedem Teilnehmer eine eigene **Handdesinfektion**. Diese wird vor jedem Wettkampf kontrolliert und soll mindestens vor jedem Wettkampf benutzt werden.
5. Es besteht außerdem für alle Disziplinen **Handschuhpflicht** an beiden Händen. **(Ausnahme auch beim Kugelstoß 5k – hier sind aber nur „dünne“ Handschuhe erlaubt, wie sie von Arzt-/Pflegepersonal benutzt werden)**. Dies wurde ausnahmsweise vom LSW-Vorstand genehmigt. Leistungen vom Kugelstoß 5k können deshalb **nicht** als neue Rekorde übernommen werden, selbst wenn diese besser sind, als die aktuellen Rekorde. Beim Hammerwurf werden an der Wurfhand die normalen **Hammerwurf-Handschuhe** benutzt – die Art des Handschuhs der anderen Hand ist nicht vorgeschrieben. Jeder Teilnehmer führt seine eigenen Handschuhe entsprechend mit. Bei allen anderen Disziplinen ist die Art der Handschuhe nicht vorgeschrieben. Wettkampfgeräte sind nur mit Handschuhen anzufassen!
6. **Wettkampfgeräte** (Kugeln, Disken, Maßbänder, Besen, Rechen und sonstige Ausstattung) werden nach jedem Wettkampf-Durchgang/Riege **desinfiziert**. Dafür stehen Desinfektionsmittel vom Veranstalter bereit. Wir bitten hier um Freiwillige, die diese Arbeit übernehmen, damit nicht die Kampfrichter/Helfer dieses jedes Mal selbst durchführen müssen. Außerdem geht es schneller, wenn jeweils ein paar Leute dabei helfen.
7. **Besonderheit Kugelstoß 5k**: Hier werden die desinfizierten Kugelsätze auf Ständern bereitgestellt. **Jeder Werfer** muss nach dem Stoß die von ihm gestoßene Kugel **mit eigenen**, dafür mitgebrachten **Flächendesinfektionstüchern** wieder **desinfizieren** und auf den Ständer zurücklegen. Hierfür sind zum Beispiel SAGROTAN-Feuchttücher oder andere Flächendesinfektionstücher in **ausreichender Menge mitzubringen** (mindestens 30 Stück für den Wettkampf inkl. Einstoßen).
8. Wir bitten euch außerdem, die **Hände** regelmäßig mit Seife zu **waschen** – insbesondere nach der Benutzung der Toiletten und vor dem Essen. Am besten auch zusätzlich vor jedem Wettkampf und gerne zwischendurch. Seife wird vom Veranstalter zur Verfügung gestellt. Bitte teilt den Helfern mit, wenn irgendwo wenig Seife ist, wir werden diese dann nachfüllen.
9. **Speisen und Getränke** gibt es dieses Mal ausschließlich **separat verpackt** und mit Einmalgeschirr. Wir bemühen uns auch warme Speisen zur Verfügung zu stellen, die in der Mikrowelle erhitzt oder mit kochendem Wasser zubereitet werden können. Beim Essen auf die Abstandsregeln gemäß Punkt 3 achten. Während dem Essen besteht keine Maskenpflicht. Die bereitgestellten Tische und Bänke dürfen

nicht verschoben werden – die Aufstellung erfolgte nach den Abstandsregeln.  
Wenn ihr Müll sparen wollt, bringt bitte eigenes Besteck mit.

10. Das **Anspucken von Geräten**, spucken in die Hände, anlecken der Hände **oder spucken** im Bereich der Wettkampfanlagen **ist grundsätzlich untersagt!**
11. **Toiletten** werden **geöffnet** sein. Hier bitten wir um besondere Hygiene für den nächsten Benutzer, der die Anlagen auch benutzen muss! **Umkleideräume** und **Duschen** sind leider **gesperrt** und dürfen nicht benutzt werden!
12. Für die besonderen Hygienemaßnahmen wird eine **Sondergebühr** je Teilnehmer erhoben (siehe Ausschreibung).

**Ich habe die Hygiene-Vorschriften gelesen und verstanden, ich bestätige, dass ich die oben genannte Fragen wahrheitsgemäß beantwortet habe und dass ich Handdesinfektion, Flächendesinfektionstücher (nur Kugelstoß 5k) und Handschuhe entsprechend mitführe. Ich bestätige weiterhin, dass ich die Hygiene-Vorschriften einhalte und einen Ausschluss bei Nichtbeachtung akzeptieren werde. Des Weiteren ist mir bewusst, dass ich ein theoretisches Ansteckungsrisiko mit Corona eingehe und nehme den Veranstalter hiermit aus jeglicher Verantwortung und Pflicht, sollte ich mich infizieren.**

Neu-Isenburg, den 24./25.10.2020

Teilnehmer Name (Blockschrift)  
und Unterschrift

**Bitte haben sie Verständnis für diese Vorschriften in der aktuell besonderen Situation und denken sie daran, dass unter unseren Teilnehmern/Helfern und Kampfrichtern auch Personen der sogenannten Risikogruppe sind. Diese Vorschriften dienen vor allem zum Schutz dieser Gruppe, aber auch zu ihrem eigenen Schutz. (Vorschriften Ausgabestand 07.06.2020)**

**Wettkampfleitung:**

**Hans-Peter Schabinger und Kornelia Wrzesniok**

**Bei Fragen/Problemen jeglicher Art spricht uns an.  
Für Notfälle werden wir Handschuhe und Desinfektionsmittel in geringer Menge gegen Gebühr bereitstellen.**

## **Verfahrensänderung bei Meldungen aller Altersklassen Wegen der Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union**

### **Erläuterung:**

Am 25. Mai 2018 tritt die – auch für den organisierten Sport und uns alle dann gültige Datenschutz-Grundverordnung der Europäischen Union in Kraft. Damit verbunden sind unter anderem erheblich höhere Bußgelder bei Verstößen.

Dabei gilt es zu unterscheiden zwischen

- Der Startrechtspflicht in den Altersklassen M/W20 und älter
- dem Verfahren für die Altersklassen U20 und jünger
- Der Speicherung von Wettkampfdaten der Veranstalter

Bezüglich der Startrechtspflicht volljähriger Mitglieder ist dies mit dem Beitritt zum LSW geregelt. Die Mitgliedschaft **muss** bei der Meldung künftig kontrolliert werden.

Für eine Wettkampfteilnahme ohne Mitgliedschaft muss die angehängte Datenschutzerklärung zusammen mit der Meldung an die Meldeadresse geschickt und am Wettkampftag im Original vorgelegt werden. Ohne diese Erklärung ist keine Wettkampfteilnahme möglich!

Für alle minderjährigen Altersklassen bedarf es einer Neuregelung.

Für eine Wettkampfteilnahme aller minderjährigen Alterklassen muss die angehängte Datenschutzerklärung von beiden Erziehungsberechtigten unterschrieben sein.

Sofern es nur einen Erziehungsberechtigten gibt, versichert dieser mit seiner Unterschrift, dass er alleine erziehungsberechtigt ist. Die Datenschutzerklärung muss zusammen mit der Meldung an die Meldeadresse geschickt und am Wettkampftag im Original vorgelegt werden. Ohne diese Erklärung ist keine Wettkampfteilnahme möglich!

---



# Teilnehmererklärung Für einen Start bei LSW-Wettkämpfen

Mit \*) gekennzeichnete Felder sind Pflichtfelder.

## 1. Angaben zur Person:

\_\_\_\_\_) \*)  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_) \*)  
Geburtsdatum

\_\_\_\_\_) \*)  
Geschlecht:    ·männlich            ·weiblich

\_\_\_\_\_) (freiwillig)  
Straße, Hausnummer

\_\_\_\_\_) \*)  
PLZ, Wohnort

\_\_\_\_\_) (freiwillig)  
Telefon

\_\_\_\_\_) (freiwillig)  
E-Mail

Die Teilnehmererklärung soll gelten für den Wettkampf

... am \_\_\_\_\_

... für den Zeitraum von: \_\_\_\_\_ bis: \_\_\_\_\_  
(für mehrtägige Veranstaltungen)

Für den Verein \_\_\_\_\_

und ggf. die LG \_\_\_\_\_ gelten.

Die Vereinsmitgliedschaft besteht seit: \_\_\_\_\_

## 2. Erklärung der Erziehungsberechtigten:

- Wir bestätigen hiermit die vorstehenden Angaben zur Person.
- Wir bestätigen, dass das minderjährige Kind ausreichend trainiert und sporttauglich ist.
- Die Erziehungsberechtigten bestätigen ferner mit ihrer Unterschrift, dass sie die nachfolgenden Punkte explizit zur Kenntnis genommen haben:

1. Die Teilnahmeregularien an LSW – Veranstaltungen richten sich nach der jeweils gültigen Wettkampfordnung (WKO).
2. Die bei der Anmeldung vom Teilnehmer angegebenen personenbezogenen Daten werden gespeichert und zu Zwecken der Durchführung und Abwicklung der LSW – Veranstaltung verarbeitet.
3. Name, Vorname, Jahrgang, Altersklasse, Wohnort, ggf. Verein, Startnummer und Ergebnis (Platzierung und Zeiten) des Teilnehmers können zur Darstellung von Start- und Ergebnislisten in allen relevanten veranstaltungsbegleitenden Medien (Druckerzeugnissen wie Programmheft, Ergebnisliste und Ergebnis-Datenträger sowie im Internet) abgedruckt bzw. veröffentlicht werden. Mit der Anmeldung willigen die volljährigen Teilnehmer (Nichtmitglieder) bzw. alle Erziehungsberechtigten von minderjährigen Teilnehmern in eine Speicherung und Verwertung der personenbezogenen Daten zu diesem Zweck ein.
4. Gespeicherte, personenbezogene Daten können gegebenenfalls an einen kommerziellen Dritten zum Zweck der Zeitmessung, Erstellung der Ergebnislisten sowie der Einstellung dieser Listen ins Internet weitergegeben werden. Mit der Anmeldung willigen die volljährigen Teilnehmer bzw. alle Erziehungsberechtigten von minderjährigen Teilnehmern in eine Speicherung und Weitergabe der Daten zu diesem Zweck ein.
5. Die im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews des Teilnehmers in Rundfunk, Fernsehen, Printmedien, Büchern, fotomechanischen Vervielfältigungen können vom Veranstalter ohne Anspruch auf Vergütung verbreitet und veröffentlicht werden. Die eigenen Verwertungsansprüche der Teilnehmer oder Urheber bleiben von dieser Regelung unberührt.

Ort, Datum

Unterschrift beider Erziehungsberechtigter  
bzw. des volljährigen Teilnehmers

\*)

Bei alleinigem Sorgerecht:

\_\_\_\_\_  
Unterschrift des Erziehungsberechtigten

### 3. Erklärung des o.g. Vereins oder der LG

Wir erklären hiermit, dass der/die unter Nr.1 genannte Athlet/Athletin Mitglied des oben genannten Vereins ist und die vorstehenden Angaben richtig sind.

Ort, Datum

(Stempel) und Unterschrift

\*)