



Gruppe Nord-Ringen

Offene Norddeutsche Einzelmeisterschaft im Ringen freier Stil und Vielseitigkeitstest Jugend C und D

- Veranstalter: Ringerverband Mecklenburg/Vorpommern
Ausrichter: RV Lübbtheen
Termin: **Samstag, den 19. September 2015**
Wettkampfstätte: Hans Oldag Mehrzweckhalle, Rudolf-Breitscheid Str.30
19249 Lübbtheen
- Stilart: Freistil
Wettbewerb: Einzelturnier mit Gesamtmannschaftswertung
Wiegen: 09:30 Uhr bis 10:00 Uhr
Wettkampfbeginn: ca.10:30 Uhr Vielseitigkeitstest 30 min. Pause danach Ringen
Startberechtigt: Sportler mit gültigem Startausweis
Alters- und Gewichtsklassen: C Jugend: Jahrgänge 2003 - 2004
Gew.kl.: 29/31/34/38/42/46/50/54/58/65kg
D Jugend: Jahrgänge 2005 und jünger
Gew.kl.: 23/25/27/29/31/34/38/42/46/54kg
Sportler müssen 6 Jahre alt sein! (Geburtstag Stichtag)
- Modus: Vielseitigkeitstest
4 Gruppen je Altersklasse (Siehe Anlage 1 und 2)
Ringen
Poolsystem/ bis einschließlich 5 Starter - Nordisch
- Startgebühr: 5 Euro je Sportler (Nichtmitglied Gr.Nord:7 Euro)
ohne Kampfrichter je Sportler 10 € Startgeld (Nichtmitg. Gr.Nord:12 €)
- Kampfrichter Jeder teilnehmende Verband muss 1 Kampfrichter auf eigene Kosten stellen.
Jeder Verein stellt einen Helfer für die Durchführung des Vielseitigkeitstests.
- Meldung: Jens Peter Sievertsen, Hauptstraße 6; 19249 Jessenitz/ Siedlung
Tel.: 0172 249 3054 oder
per E-mail: info@ringer-verein-luebtheen.de
- Meldeschluss: **07. 09. 2015 (bitte namentlich melden !)**
- Auszeichnung: Ringen
1. - 6. Platz jeder Gewichtsklasse - Urkunden
1. - 3. Platz jeder Gewichtsklasse - Medaille
Vereinswertung - Verein 1. - 6. Platz
Vielseitigkeitstest
Die Sieger der Gruppen erhalten Pokale. Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde mit der erreichten Punktzahl
- Verpflegung: Imbiss an der Wettkampfstätte vorhanden
Quartiere: Bei Übernachtungswünschen kann der Ausrichter behilflich sein.

Mitglieder Gruppe Nord sind Hamburg, Berlin, Schleswig-Holstein und Mecklenbg-Vorpommern.
Der Ausrichter haftet nicht für abhanden gekommene Gegenstände und Wertsachen.
Wir wünschen allen Sportlern und Betreuern eine gute Anreise und viel Erfolg.

gez.U.Bremer
Präsident RV MEV

M.Pfeiffer
Jugendwart RV MEV

Anlage 1

1. Übungen und Bewertung des Athletikwettbewerbs

- 1.1 Klimmzüge - Freie Durchführung (Schwung möglich)
- Kinn über der Stange
- Arme gestreckt
- Punkte: Gesamtzahl x 4 (z.B.: 12 Ausführungen x 4 = 48 Punkte)
- 1.2 Schlussweitsprung - Fußspitze an der Absprunglinie
- 3 Versuche (der beste wird gewertet)
- Punkte: Zentimeter gleich Punkte (z.B.: 100 cm = 100 Punkte)
- 1.3 3 x 10 m Lauf - Sitz vor der Startlinie
- Fußspitze an der Startlinie
- Hände auf den Knien
- selbständiger Start
- Lauf zwischen zwei Medizinbällen
- Bei der Wende den Ball mit einer Hand berühren
- Punkte: 8,0 sek. = 150 Punkte
8,1 sek. = 149 Punkte
7,9 sek. = 151 Punkte
- 1.4 Rumpfaufrichten - 8 Ausführungen
- Rückenlage, Beine über Ringerpuppe o. ä.
- Kopf berührt die Knie
- Punkte: 6,0 sek. = 150 Punkte
6,1 sek. = 149 Punkte
5,9 sek. = 151 Punkte

Anlage 2

2. Gruppeneinteilung

- C-Jugend
1. 29 kg, 31 kg, 34 kg
 2. 38 kg, 42 kg
 3. 46 kg, 50 kg
 4. 54 kg, 58 kg, 65 kg
- D-Jugend
1. 23 kg, 25 kg, 27 kg
 2. 29 kg, 31 kg
 3. 34 kg, 38 kg
 4. 42 kg, 46 kg, 54 kg