



# **Leitfaden**

## **Leichtathletik**

### **Training und Wettkampf**

#### INHALTE

Der Leitfaden richtet sich an Athletinnen und Athleten sowie Eltern, die Spaß an der Leichtathletik haben oder haben wollen. Der Leitfaden soll als Orientierungshilfe dienen und die häufigsten Fragen beantworten. Gleichmaßen soll der Leitfaden zur Teilnahme an Wettkämpfen und Unterstützung als Kampfrichter aufrufen. Er enthält Informationen über Ansprechpartner, Altersklassen, Trainingszeiten und -orte, Wettkämpfe (Formen, Termine, Anmeldung und Ablauf) sowie eine Checkliste für die eigene Sporttasche.





## Inhalt

|      |  |    |
|------|--|----|
| 1.   | Einleitung.....  | 4  |
| 2.   | Ansprechpartner & Kontaktdaten .....                               | 4  |
| 3.   | Altersklassen .....  | 4  |
| 3.1. | Altersklassenzuordnung.....  | 4  |
| 3.2. | Disziplinangebot je nach Altersklasse .....                        | 5  |
| 4.   | Training .....   | 6  |
| 4.1. | Aktuelle Trainingszeiten und -orte .....                           | 6  |
| 4.2. | Trainer/Übungsleiter.....  | 7  |
| 4.3. | Hinweise / Regeln.....   | 7  |
| 5.   | Wettkämpfe .....   | 8  |
| 5.1. | Allgemeines zu Wettkämpfen/Wettkampfformen .....                   | 8  |
| 5.2. | Offene Wettkämpfe .....  | 8  |
| 5.3. | Meisterschaften.....   | 8  |
| 5.4. | Termine.....   | 9  |
| 5.5. | Anmeldung zu Wettkämpfen .....                                     | 9  |
| 5.6. | Wettkampfablauf.....   | 9  |
| 5.7. | Checkliste – Was muss ich zum Training/Wettkampf mitbringen? ..... | 10 |
| 6.   | Informationen: Offene Fragen? .....                                | 11 |
| 7.   | KARI - Deine Unterstützung ist gefragt! .....                      | 11 |
| 8.   | Linksammlung .....   | 11 |



## 1. Einleitung

Die Abteilung Leichtathletik beim SV Borussia Salzgitter besteht seit 1997. In mehr als 25 Jahren trainieren wir verschiedene Disziplinen aus Freude an der Kernsportart der olympischen Spiele. Dabei stehen - ganz individuell - die Vorbereitung auf Wettkämpfe, das Absolvieren des Deutschen Sportabzeichens oder auch die Förderung der eigenen Gesundheit im Mittelpunkt unserer sportlichen Betätigung. Obwohl die Leichtathletik eine Individualsportart ist, darf bei uns natürlich der Teamgedanke nicht zu kurz kommen: Ob beim Training durch zahlreiche Mannschaftsspiele oder bei Wettkämpfen durch gegenseitige, lautstarke Unterstützung.

Wir sind aber nicht nur selbst sportlich aktiv, wir verhelfen durch eine Vielzahl ausgebildeter Kampfrichterinnen und Kampfrichter auch anderen dazu, ihren Spaß an der Leichtathletik bei Wettkämpfen auszuleben. Unsere Kampfrichterinnen und Kampfrichter sind dabei nicht nur bei regionalen Veranstaltungen der Vereine im Einsatz, sie haben teilweise sogar schon bei Deutschen und Europameisterschaften teilgenommen.

Wir sind die Leichtathleten des SV Borussia Salzgitter – wir sind BoLA!

## 2. Ansprechpartner & Kontaktdaten

Der Vorstand der Leichtathletikabteilung im SV Borussia Salzgitter setzt sich aktuell aus den folgenden Personen zusammen:

|                       |                               |  |
|-----------------------|-------------------------------|--|
| <b>Martin Kaletka</b> | Abteilungsleiter              | <a href="mailto:martin.kaletka@freenet.de">martin.kaletka@freenet.de</a> |
| <b>Adrian Kaletka</b> | Beisitzer, Pflege der Website | <a href="mailto:adrian.kaletka@freenet.de">adrian.kaletka@freenet.de</a> |
| <b>Peter Kaiser</b>   | Beisitzer                     |  |
| <b>Lena Feist</b>     | Beisitzerin                   |  |

## 3. Altersklassen

Altersklassen (kurz: AK) orientieren sich in der Leichtathletik immer am Kalenderjahr, also dem Geburtsjahrgang und dem aktuellen Jahr. Das heißt, ein Wechsel in eine andere Altersklasse erfolgt immer am 1. Januar.

### 3.1. Altersklassenzuordnung

| AK-Kurzbezeichnung |          | Erläuterung  |
|--------------------|----------|--|
| MK U8              | WK U8    | männliche/weibliche Kinder unter 8 Jahren                  |
| MK U10             | WK U10   | männliche/weibliche Kinder unter 10 Jahren (8 & 9 Jahre)   |
| MK U12             | WK U12   | männliche/weibliche Kinder unter 12 Jahren (10 & 11 Jahre) |
| MJ U14             | WJ U14   | männliche/weibliche Jugend U14 (12 & 13 Jahre)             |
| MJ U16             | WJ U16   | männliche/weibliche Jugend U16 (14 & 15 Jahre)             |
| MJ U18             | WJ U18   | männliche/weibliche Jugend U18 (16 & 17 Jahre)             |
| MJ U20             | WJ U20   | männliche/weibliche Jugend U20 (18 & 19 Jahre)             |
| Männer             | Frauen   | Hauptklassen von 20 bis 29 Jahren                          |
| Sen. M30           | Sen. W30 | Seniorenklassen (hier: 30 bis 34 Jahre)                    |
| Sen. M35           | Sen. W35 | Seniorenklasse (hier: 35 bis 39 Jahre)                     |
| ...                | ...      | weitere Seniorenklassen (immer 5 Jahrgänge)                |



Die Altersklassen der Kinder und Jugendlichen werden in der Leichtathletik in „Doppeljahrgangsklassen“ aufgeteilt. Innerhalb der Altersklassen kann es je nach Wettkampf und Ausschreibung zudem eine Unterscheidung in einzelne Jahrgänge geben. Ab der Jugend U18 werden einzelne Jahrgänge nicht mehr unterschieden. Beginnend mit den Hauptklassen der Männer und Frauen bzw. 20 Jahren erfolgt die Altersklasseneinteilung in abgewandelter Form. Ab 20 Jahren können Aktive immer in den Altersklassen der Männer und Frauen starten. Ab 30 Jahren zählt man bei den Leichtathleten zu den Seniorinnen/Senioren (neuerdings netter als „Masters“ bezeichnet).

Eine aktuelle Jahrgangs- und Altersklassenzuordnung stellt jährlich der Deutsche Leichtathletikverband bereit. Diese kann bspw. für das Jahr 2024 hier gefunden werden:



[https://www.leichtathletik.de/fileadmin/user\\_upload/002\\_Wettkampfe/06\\_Service/01\\_Regeln-Bestimmungen/2024\\_Klassenjahrgaenge.pdf](https://www.leichtathletik.de/fileadmin/user_upload/002_Wettkampfe/06_Service/01_Regeln-Bestimmungen/2024_Klassenjahrgaenge.pdf)

### **3.2. Disziplinangebot je nach Altersklasse**

Je nachdem in welcher Altersklasse eine Athletin/ein Athlet aktiv ist, werden unterschiedliche Disziplinen angeboten. Folgend wird ein kleiner Auszug des Disziplinprogramms vorgestellt.

Kinder bis einschließlich Altersklasse U10 absolvieren seit ein paar Jahren das abgewandelte Disziplinprogramm Kinderleichtathletik. Diese Disziplinen sind kindgerechter ausgelegt, bereiten aber weiterhin auf die üblichen Disziplinen der Leichtathletik vor. Der Hochweitsprung ist beispielsweise eine Mischung aus Hoch- und Weitsprung bzw. der Technik des Hürdenlaufs. Der Hindernissprint unterscheidet sich zum Hürdenlauf nur durch die kleineren Hindernisse – außerdem wird der Lauf zweimal absolviert.

Mit der AK U12 beginnt das bekannte Wettkampfprogramm. Ab dieser AK besteht ein Vierkampf aus dem 50m Sprint, dem Weit- und Hochsprung sowie Schlagballwurf. Mit der Altersklasse U14 stehen diverse weitere Disziplinen im Wettkampfprogramm: 60m Hürdensprint, Kugelstoßen, Stabhochsprung sowie Diskus-, Speer- und Hammerwurf. Geworfen wird in den AK U14 und U16 zudem mit einem 200g Ball statt des 80g Schlagballs. Die Sprintstrecke der AK U14 misst 75m, die Sprintstrecke der AK U16 ist 100m lang. Neben den Hürden wächst auch die Hürdensprint-Strecke: die AK U16 läuft 80mH, ab der U18 werden 100mH (ab wJU18) bzw. 110mH (ab mJU18).

Die Mittelstreckendistanz aller Altersklassen ist die doppelte Stadionrunde: 800m. Die AK U14 darf zudem die 2000m Langstrecke laufen, ab der U16 werden auch 3000m angeboten. Ab der U20 folgen zudem die Langstrecken 5000m und 10000m Bahn.

Bei den Mehrkämpfen gibt es ab der MJU16 den Neunkampf, ab der MJU18 den Zehnkampf. Ab der Altersklasse WJU16 wird der Siebenkampf angeboten.



## 4. Training

Für das Training haben sich in der Abteilung Leichtathletik zwei Gruppen etabliert. Die Gruppenzugehörigkeit ist vornehmlich am Alter orientiert. Es gibt eine Trainingsgruppe der Kinder bis einschließlich der Altersklasse U12, d.h. etwa von 6 bis 11 Jahren, sowie eine Gruppe für Kinder ab 12 Jahren, Jugendliche und Erwachsene.



Das Training findet in der Sommersaison im Stadion am Salzgittersee (📍) statt. Hier nutzen wir hauptsächlich die Ebene des A-Platzes (Kunststofflaufbahn). Ab und zu treffen wir uns, z.B. zur gezielten Wettkampfvorbereitung, auf den unteren Ebenen des Stadions am Salzgittersee, welche der SV Borussia Salzgitter gepachtet hat.

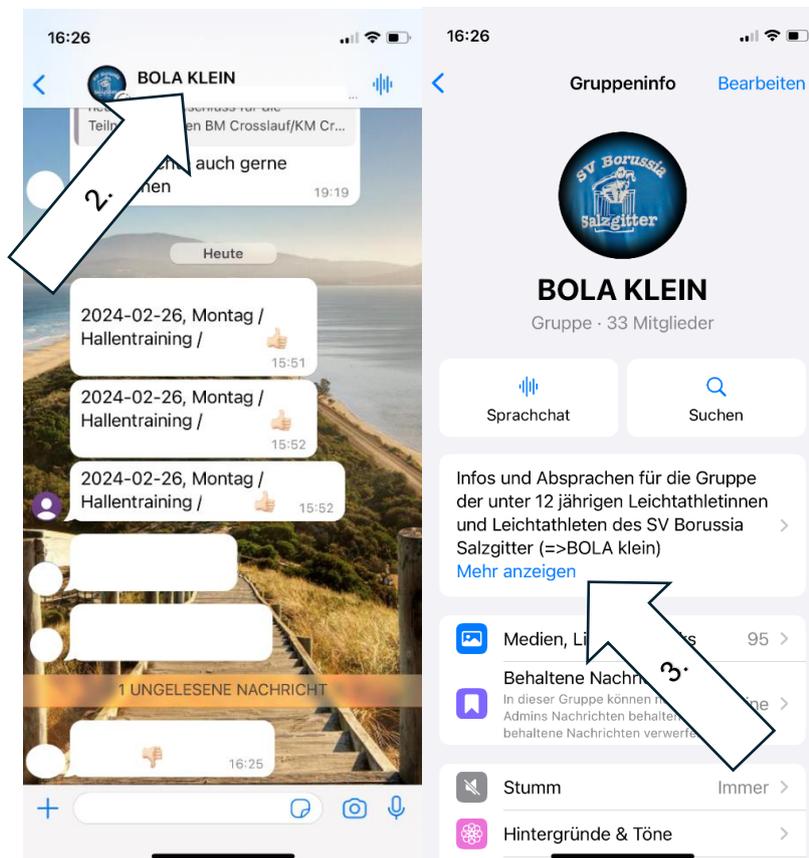
Im Winter trainieren die Leichtathleten in verschiedenen Sporthallen. Aktuell findet das Training montags in der Sporthalle der Grundschule Dürerring (📍) statt. Freitags trainieren wir in der Sporthalle des Gymnasiums am Fredenberg (📍).

Zum Lauftraining am Salzgittersee verabreden wir uns meist kurzfristig und vor allem während der Wintersaison. Am See nutzen wir gerne die Finnbahn, z.B. zur Vorbereitung auf Crossläufe oder auch zum Sprinttraining. Treffpunkt dazu ist meist der Parkplatz gegenüber des Vereinsheims der Borussia (📍).

### 4.1. Aktuelle Trainingszeiten und -orte

Aktuelle Übersichten der Trainingszeiten und -orte sind der [Vereinswebsite](#) oder den WhatsApp-Gruppenbeschreibungen zu entnehmen.

Um die Informationen in WhatsApp aufzurufen, einfach oben auf die Gruppeninfos tippen (1. Gruppenchat aufrufen, 2. Gruppenname antippen, 3. Gruppenbeschreibung öffnen/erweitern).





In den WhatsApp-Gruppen sprechen wir verschiedene Themen ab. Wir kündigen Wettkämpfe an, teilen unsere abgegebenen Meldungen mit und verschicken wichtige Informationen zu anstehenden Veranstaltungen. Einige nutzen die Gruppen zusätzlich, um Bescheid zu geben, ob die Kinder/sie selbst am Training teilnehmen. Das erleichtert uns die Planung der Trainingseinheiten.

Das Wichtigste aber: Über die WhatsApp-Gruppen können wir Euch allen mitteilen, wenn bspw. das Training aufgrund eines anstehenden Gewitters im Sommer oder einer gesperrten Sporthalle im Winter einmal kurzfristig ausfallen sollte. Und falls jemand eine Frage hat, findet sich in der Gruppe immer jemand mit der passenden Antwort.

## **4.2. Trainer/Übungsleiter**

Das Training unserer Leichtathleten übernehmen mehrere Trainer und Übungsleiter. Das Training wird durch Peter und Pascal Kaiser, sowie durch Adrian und Martin Kaletka organisiert.

Manchmal teilen wir uns zusätzlich in Kleingruppen auf, dann geben auch erfahrene Athletinnen und Athleten ihre Kenntnisse und Erfahrungen weiter.

## **4.3. Hinweise / Regeln**

In diesem Abschnitt werden ein paar allgemeine Hinweise und Regeln für unser Leichtathletik-Training vorgestellt. Die folgende Liste der Hinweise und Regeln beansprucht keine Vollständigkeit und wird durch unsere Übungsleiter vor Ort jederzeit situativ ergänzt.

- Alle Athletinnen und Athleten, alle Übungsleiter gehen respektvoll, freundlich und fair miteinander um
- Anweisungen durch Übungsleiter sowie gegebenenfalls durch Platzwarte oder Hallenwarte sind zu befolgen
- Es gelten unter anderem die üblichen Sicherheitsvorkehrungen, die z.B. auch beim Schulsport vorgeschrieben sind: Das Tragen von Ketten, großen Ohrringen, etc. beim Sport ist nicht erlaubt; dies gilt auch für Armbanduhren und ähnliche Geräte. Sportbrillen sind normalen Brillen vorzuziehen.
- Spikes sind Wettkampfschuhe und als solche nicht zum Spielen und Aufwärmen geeignet. Es gibt Auswahl an vereinseigenen Spikes, die durch die Übungsleiter an Kinder/Jugendliche verliehen werden. Bei Größenänderungen wird im Beisein der Übungsleiter wenn möglich getauscht. Die ausgegebenen Spikes sind zum Training und Wettkämpfen mitzubringen.
- Wertgegenstände sollten zum Training nicht mitgebracht werden. Insbesondere in den Sporthallen sollten dennoch mitgeführte Wertgegenstände (Geldbörse, Handy, Schlüssel etc.) beim Übungsleiter abgegeben bzw. im Regieraum abgelegt werden, da die Kabinen von der Halle aus nicht eingesehen werden können. Nach dem Training bitte nicht vergessen, die Gegenstände wieder mit nach Hause zu nehmen.
- Spielzeuge jeglicher Art bitte nicht zum Training mitbringen
- Fahrräder/Roller sind während des Trainings an dem davor vorgesehen Ort abzustellen und dürfen währenddessen nicht benutzt werden
- Zur Verpflegung während des Trainings eignen sich normale Getränke (Wasser, Apfelschorle) und eventuell ein Müsliriegel oder eine Banane. Bitte keine Süßigkeiten, Chips oder ähnliches zum Training mitbringen.



## 5. Wettkämpfe

### 5.1. Allgemeines zu Wettkämpfen/Wettkampfformen

Wettkämpfe können im Stadion stattfinden (z.B. ein Vierkampf) oder „stadionfern“ sein (z.B. der Silvesterlauf am Salzgittersee). Außerdem unterscheidet man zwischen offenen Wettkämpfen und Meisterschaften. Je nach Wettkampf gibt es unterschiedliche Dinge zu beachten, diese werden in den beiden folgenden Kapiteln vorgestellt.

Bei Wettkämpfen im Stadion wird zusätzlich zwischen Einzeldisziplinen und Mehrkämpfen unterschieden. Außerdem gibt es mit Staffelläufen oder Teamwettbewerben auch Mannschaftswertungen.

#### **Einzeldisziplinen:**

- Auswahl der „Lieblingsdisziplinen“ möglich
- Bei technischen Disziplinen (z.B. Weitsprung) drei Versuche für alle, drei weitere Versuche für die besten 8 Athletinnen/Athleten

#### **Mehrkämpfe:**

- Je nach Mehrkampf wird eine bestimmte Anzahl/Auswahl von Disziplinen absolviert (z.B. Dreikampf aus 50m Sprint, Weitsprung, Schlagballwurf)
- Umrechnungen der Leistungen in Punkte im Wettkampfbüro
- Addition aller Punkte des Mehrkampfes ergibt das Endergebnis
- Ziel ist es, möglichst viele Punkte zu sammeln

#### **Mannschaftswertungen:**

- Staffelwettbewerbe (z.B. 4x50m Staffellauf)
- Team-Wettbewerbe der Kinderleichtathletik
- Mannschaftswertungen bei Mehrkämpfen (5 Teilnehmende in einer AK) oder beim Crosslauf (3 Teilnehmende, die das Ziel erreicht haben)

### 5.2. Offene Wettkämpfe

Bei offenen Wettkämpfen kann jede/r teilnehmen. Diese dienen dem Spaß, dem Testen der aktuellen Form und der Vorbereitung auf oder Qualifikation für Meisterschaften. Jedes Jahr gibt es zahlreiche offene Wettkämpfe, daher gibt es bei uns auch einen [digitalen Terminkalender](#) zur frühzeitigen Übersicht.

### 5.3. Meisterschaften

Für uns sind die in der folgenden Tabelle dargestellten Meisterschaften von maßgeblicher Bedeutung. Diese sind „Ziele“ unseres Trainings. Bei Meisterschaften ist es wichtig zu beachten, dass unbedingt Meldeschlusstermine eingehalten werden müssen. Bei Meisterschaften sind Nachmeldungen nicht möglich.

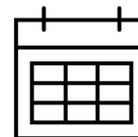
---

|   |   |
|---|---|
| <b>Kreismeisterschaften</b><br><i>kurz: „KM“</i>  | Die wichtigsten Meisterschaften. Alle Altersklassen und viele Disziplinen werden angeboten. Hier messen sich die Salzgitteraner Leichtathleten. Ziel ist es mit einem möglichst großen Teilnehmerfeld anzutreten (z.B. KM Crosslauf, KM Mehrkampf, ...).  |
| <b>Bezirksmeisterschaften</b><br><i>kurz: „BM“</i>  | Bezirksmeisterschaften gibt es ab der Altersklasse U14. Der NLV Bezirk Braunschweig umfasst das Gebiet von Göttingen bis Gifhorn/Wolfsburg, sowie von Peine bis Helmstedt. Hier nehmen schon erfahrenere Athletinnen und Athleten teil, fast alle Disziplinen werden angeboten. Die Teilnahme erfolgt in Absprache mit den Trainern.  |
| <b>Landesmeisterschaften</b><br><i>kurz: „LM“</i><br>sowie<br>Norddeutsche<br>Meisterschaften - <i>kurz: „NDM“</i><br>und Deutsche Meisterschaften<br>- <i>kurz: „DM“</i> | Für die Teilnahme an Landesmeisterschaften müssen Qualifikationsanforderungen erfüllt werden. LMs gibt es ab der Jugend U16; die Austragung von LM der Landesverbände Niedersachsen/Bremen erfolgt gemeinsam. Bei LM wird das Regelwerk streng befolgt, die Veranstaltungen laufen professioneller ab als KM oder BM, daher sind Wettkampferfahrung und Absprachen mit den Trainern unerlässlich. |

---

## 5.4. Termine

Termine kündigen wir in der Regel frühzeitig an, d.h. einige Wochen im Voraus. Wer als Allererste/r von Terminen wissen möchte, kann unseren [digitalen Terminkalender](#) abonnieren oder besucht regelmäßig die Website [ladv](#). Diese dient u.a. der Verwaltung von Wettkampfterminen, Meldungen und der Veröffentlichung von Ergebnissen.



Unser eigener Terminkalender enthält bereits eine große Anzahl an Wettkämpfen. Es sind so viele Termine, dass wir nicht an allen teilnehmen werden. Zusätzlich sind dort auch andere Termine, z.B. unsere Weihnachtsfeier zu finden.

## 5.5. Anmeldung zu Wettkämpfen

Die Anmeldung kann beim Training erfolgen, per E-Mail oder in einer der WhatsApp-Gruppen. Am besten ist eine Mitteilung im Gruppenchat oder per E-Mail, sodass wir sie auch nach einigen Tagen noch wiederfinden können.

Die Teilnahme an Wettkämpfen ist mit Meldegebühren verbunden, die für alle der Verein trägt. Bitte überlegt vor einer Anmeldung, ob die Teilnahme am betreffenden Datum wirklich möglich ist. Abmeldungen sind ab einem bestimmten Termin aus organisatorischen Gründen nicht mehr möglich. Daher Abmeldungen bitte immer frühzeitig an uns senden.

Zum Thema Termine weiterhin: Bei der Anmeldung zu einem Wettkampf ist ein Termin einzuhalten – der sogenannte Meldeschluss. Ab diesem Datum werden keine Meldungen mehr angenommen oder nur gegen hohen Aufpreis. Daher beachtet bitte immer dieses Datum und gebt uns frühzeitig bescheid.

## 5.6. Wettkampfablauf

Hier folgen wichtige Hinweise zum Ablauf des Wettkampftages.

### Kleidung/Schuhe:

Am besten ist, ihr erscheint sportfertig angezogen am Wettkampfort. Es gibt zwar meist Umkleiden, wer fertig angezogen ist vermeidet aber Hektik kurz vor Wettkampfbeginn. Ihr braucht mehrere paar Schuhe für den Wettkampf: auf keinen Fall die Spikes zu Hause vergessen! Wechselkleidung ist ebenfalls empfehlenswert (→ mehr im Abschnitt 5.7).



### Organisatorisches:

Vor Wettkampfbeginn geben die Trainer die Startnummern an Euch aus. Im Regelfall müsst ihr diese vorne auf der Brust tragen. Sie ist mit 4 Sicherheitsnadeln auf dem Shirt zu befestigen und darf nicht geknickt werden. Nach Wettkampfe die Nummern und Nadeln bitte an uns zurückgeben, sie werden wiederverwendet.

Am Wettkampfort geben wir Euch zudem wichtige Hinweise, z.B. welche Disziplin wo stattfindet und wo die Siegerehrung durchgeführt wird. Wo möglich, bauen wir gemeinsam unser „Vereinszelt“ auf.

### Zeit:

Der Wettkampf beginnt schon auf dem Weg zum Sportplatz: Ihr müsst aus organisatorischen Gründen unbedingt rechtzeitig, d.h. immer **mindestens 1 Stunde vor Wettkampfbeginn am Wettkampfort** erscheinen. Bei Bezirksmeisterschaften und größeren Wettkämpfen sind sogar mindestens 90 Minuten vor Wettkampfbeginn nötig.

### Allgemeine Vorbereitung/Erwärmung:

Wenn Ihr rechtzeitig am Wettkampfort erschienen seid, dann ist ausreichend Zeit für ein gemeinsames Aufwärmen, Dehnen und disziplinspezifische Vorbereitungen.

### Vorbereitung auf eine Disziplin:

Etwa 15 Minuten vor Beginn einer Disziplin müsst Ihr an der Anlage erscheinen und Euch anmelden (meist wird gefragt, wer erschienen ist und auf der Liste „abgehakt“). Danach ist Zeit für Probeversuche/Probearbeit, bevor der Wettbewerb beginnt.

### Siegerehrung:

Dem Regelwerk folgend gehört die Siegerehrung zum Wettkampf. Bitte wartet diese ab, in der Regel findet die Siegerehrung circa 30 Minuten nach dem Ende des Wettbewerbs statt. Bei Einzeldisziplinen gibt es Siegerehrungen für jede einzelne Disziplin, bei Mehrkämpfen erfolgt eine Siegerehrung für den gesamten Mehrkampf.

Kleiner Hinweis zusätzlich: bei Bezirksmeisterschaften und größeren Veranstaltungen werden meist nur die acht Bestplatzierten mit einer Urkunde ausgezeichnet.

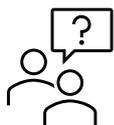
Sollte es am Wettkampftag keine Siegerehrung geben oder Ihr musstet aus wichtigen Gründen früher abreisen, geben wir im Regelfall die Urkunden in der Folgewoche beim Training aus.

## 5.7. Checkliste – Was muss ich zum Training/Wettkampf mitbringen?

| Das braucht ihr beim Training   | ... und das zusätzlich bei Wettkämpfen.   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Lauf-/Hallenturnschuhe</li><li>▪ Allgemeine Sportbekleidung</li><li>▪ Je nach Wetter Sonnenschutz (Cap, Sonnenmilch) oder Regenjacke bzw. Bekleidung für kältere Temperaturen</li><li>▪ Spikes (im Sommer)</li><li>▪ Ausreichend zu Trinken (Wasser, evtl. Apfelschorle o.ä.)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Anlaufmarkierung (z.B. halbiertes Tennisball)</li><li>▪ Decke/Isomatte/Klappstuhl</li><li>▪ etwas zu Essen (z.B. Brötchen, Müsliriegel – es sollte keine zu große Portion sein und leicht verdaulich)</li><li>▪ Regenschirm / evtl. Wechselkleidung (insbesondere Socken/Shirt)</li></ul> |



## 6. Informationen: Offene Fragen?



In den meisten Fällen beantwortet der vorliegende Leitfaden aufkommende Fragen. Kommt es dennoch mal dazu, dass weiterhin Fragen offenbleiben, nutzt bitte das Training, unsere WhatsApp-Gruppen oder die im Dokument hinterlegten E-Mailadressen/Telefonnummern für Eure Nachfragen.

## 7. KARI - Deine Unterstützung ist gefragt!

Die Leichtathletik ist eine aufwändige Sportart. Insbesondere bei Wettkämpfen ist die Unterstützung vieler Helferinnen und Helfer gefragt. Für eine Disziplin der Leichtathletik werden bei Wettkämpfen mindestens drei Kampfrichterinnen oder Kampfrichter benötigt – für einen Wettkampf daher eine Vielzahl dieser Personenanzahl.

Wenn wir bei Wettkämpfen sind – egal ob durch unsere Abteilung organisiert oder als Gast – dann ist auch unsere Unterstützung gefragt. Daher müssen sich Eltern bitte darauf einstellen, dass sie auf Sportplätzen um Hilfe gefragt werden. Erfahrene Kampfrichterinnen und Kampfrichter werden Euch dann kompetent in die Aufgaben einweisen.

Wer Interesse hat, kann ab dem Alter von 14 Jahren zudem die Kampfrichter-Grundausbildung absolvieren. Diese Schulung vermittelt die für alle üblichen Wettkämpfe wichtigen Regelkenntnisse und bildet Euch für den Einsatz in nahezu allen Disziplinen der Leichtathletik kompetent aus. Wer ein wenig Erfahrung gesammelt hat, kann sich zu Obmann/Obfrau weiterbilden lassen – oder bspw. die spezielle Starter-Ausbildung besuchen.

Expertentipp: Wer ausgebildete/r Kampfrichterin/Kampfrichter ist, hat hohe Chancen bei den regelmäßig im Braunschweiger Eintracht-Stadion ausgetragenen Deutschen Meisterschaften eingesetzt zu werden. Hier können aktuelle und zukünftige Olympioniken aus nächster Nähe erlebt werden.

## 8. Linksammlung

---

|   |   |
|---|---|
| <a href="https://www.sportverein-borussia-salzgitter.de">https://www.sportverein-borussia-salzgitter.de</a>           | Vereinswebsite des SV Borussia Salzgitter   |
| <a href="https://www.nlv-kreis-salzgitter.de">https://www.nlv-kreis-salzgitter.de</a>                                 | Website des Leichtathletik-Kreisverbands  |
| <a href="https://nlv-bezirk-braunschweig.de">https://nlv-bezirk-braunschweig.de</a>                                   | Website des Leichtathletik-Bezirksverbands  |
| <a href="https://www.nlv-la.de">https://www.nlv-la.de</a>   | Website des Niedersächsischen Leichtathletikverbands  |
| <a href="https://www.leichtathletik.de">https://www.leichtathletik.de</a>   | Website des Deutschen Leichtathletikverbands  |
| <a href="https://www.leichtathletik.de/wettkampfe/ergebnisse">https://www.leichtathletik.de/wettkampfe/ergebnisse</a> | Ergebnisticker (Teilnehmerlisten, Live-Ergebnisse vieler Wettkämpfe)                              |
| <a href="https://ladv.de/niedersachsen">https://ladv.de/niedersachsen</a>   | Melde- und Ergebniswebsite ladv, bietet auch Athletenprofile (Bestleistungen, Saisonverlauf etc.) |

---