

---

# Elmar Frings Pokal

Am 17. September 2017 in Wuppertal

---

- Veranstalter:** Verband für Modernen Fünfkampf NRW e. V.  
**Ausrichter:** SSC Hellas Wuppertal - Moderner Fünfkampf  
**Ort:** Sportzentrum Polizei, Buschland, 42285 Wuppertal  
Treffpunkt: Eingang Sporthalle
- Reglement:** Es gelten die Regeln der Jugendwettkampfordnung für NRW in der gültigen Fassung.
- Teilnehmer:** Mini I (U11): Jahrgang 2007 und jünger  
Mini II (U13): Jahrgang 2005/2006
- Wettbewerb:**
- |            | <b>Mini I (U11)</b> | <b>Mini II (U13)</b> |
|------------|---------------------|----------------------|
| Schießen:  | Kinder-Armbrust     | 10 Schuss Laser      |
| Laufen:    | 800 m               | 1200 m               |
| Schwimmen: | 50 m Freistil       | 100 m Freistil       |
- Zeitplan:**
- Sonntag, 17.9.17.
- |           |   |                              |
|-----------|---|------------------------------|
| 9:00 Uhr  | Einlass   |                              |
| 10:00 Uhr | Start Laufen  | Mini I beginnt, dann Mini II |
|           | Schießen  | Mini I, Mini II              |
|           | <i>Bitte bringt eigenen Pointer fürs Laserschießen mit.</i> |                              |
|           | Einschwimmen  | alle                         |
|           | Schwimmen   | Mini I beginnt; dann Mini II |
|           | <i>Anschließend Siegerehrung</i>                            |                              |
- Meldungen:** **13.09.2017 bis 20:00 Uhr**  
mit Name, Geburtsdatum, Schwimmzeiten, Laufzeiten  
Sabine Hartwig: [Trainingslager.wpt@web.de](mailto:Trainingslager.wpt@web.de)  
Stephan Hartwig: [stephan.hartwig@SSC-Hellas-Wuppertal.de](mailto:stephan.hartwig@SSC-Hellas-Wuppertal.de)
- Startgeld:** Das Startgeld beträgt 5€ pro Teilnehmer und ist  
in bar auf der Veranstaltung zu entrichten  
Teilnehmer die einen gültigen Lizenzpass des Verbandes vorlegen,  
werden vom Startgeld befreit.
- Unterkunft:** *Die Unterkunft muss jeder in Eigenregie organisieren.*  
[www.wuppertal.jugendherberge.de](http://www.wuppertal.jugendherberge.de)  
[http://www.cologne-in.de/strassen/buschland\\_wuppertal\\_32847.html](http://www.cologne-in.de/strassen/buschland_wuppertal_32847.html)

Der Veranstalter und Ausrichter übernimmt keine Haftung bei Unfällen, Diebstählen oder Vorkommnissen jeglicher Art

**Wir wünschen nun jedem Teilnehmer viel Spaß und Erfolg.**

# Was wird beim Mini-Mehrkampf erwartet:

Als erstes sollen alle Kinder Spaß an der Bewegung und der Vielseitigkeit haben.

## Dabei sein ist alles!

**800m Laufen:** Die Sportler müssen hier für 2 Runden auf dem Sportplatz laufen.

**1200m Laufen:** Die Sportler müssen hier für 3 Runden auf dem Sportplatz laufen

**Schießen:** Beim Schießen, dürfen die Sportler je nach Alter, mit einer Kinderarmbrust oder Laserpistole 10-mal auf eine Zielscheibe schießen. Die erreichten Trefferpunkte werden addiert.

Diese **Disziplin** wird auf der Veranstaltung ausführlich erklärt.

Auch wer dieses noch nicht üben konnte wird es schaffen.

**50m Schwimmen:** Es müssen 2 Bahnen bewältigt werden. Jeder darf schwimmen wie er kann.

**100m Schwimmen:** Es müssen 4 Bahnen bewältigt werden. Jeder darf schwimmen wie er kann.