

TIROLIS WELT

Leichtathletik

Dieses Heft gehört: _____



Sonderausgabe
zum ASVÖ
Leichtathletik
Grand Prix





Herzlich willkommen
in dieser Sonderausgabe der TIROLIs Welt!
Ich hoffe, du hast viel Spaß damit.
Schau doch mal auf meiner Homepage
www.tirol.at
vorbei. Dort ist immer was los!

Turnstunde mit Hindernissen

„Was für ein traumhafter Tag das heute aber auch wieder ist“, freut sich TIROLI und stellt seine Sporttasche in der Mannschaftskabine auf den Boden. Nach zwei anstrengenden Schulstunden steht der Sportunterricht an und da das Wetter so traumhaft ist, dürfen sie im Freien Leichtathletik trainieren. Immerhin steht der ASVÖ Leichtathletik Grand Prix an, und da wollen natürlich alle ihr Bestes geben! Als alle schon fast fertig sind, kramt TIROLIs Freund Armin, die Ameise vom ASVÖ, noch in seiner Sporttasche herum. „Suchst du was?“, fragt TIROLI. „Nein, ich wollte dir nur noch was zeigen – schau mal“, stolz hebt er ein Autogramm von Kira Grünberg und Lukas Wirth in die Höhe. „Ich habe die beiden letzts bei einer Veranstaltung getroffen und gleich nach einem Autogramm gefragt“, erzählt er. TIROLI freut sich für seinen Freund, die beiden sind große Vorbilder für ihn. Während Armin weiter erzählt, beobachtet TIROLI aus den Augenwinkeln, wie Toni mit grimmigem Gesichtsausdruck

auf das Autogramm schielt. Doch bevor TIROLI sich weitere Gedanken darüber machen kann, ruft auch schon der Lehrer nach ihnen und sie müssen los auf die Laufbahn.



Eine Stunde lang sprinten sie mit den anderen Schülern die Bahnen entlang, wobei Armin meist um einiges schneller ist als TIROLI. Dafür schafft es TIROLI beim Weitwurf den Ball weiter zu werfen als Armin. So hat jeder die Disziplin gefunden, die er am besten kann und die ihm vor allem am meisten Spaß macht!

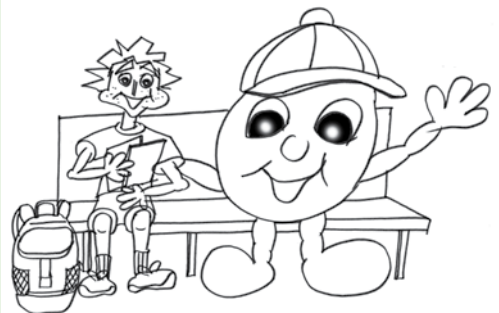
Während die beiden Freunde kurz eine Pause machen, beobachtet TIROLI Toni, wie er beim Weitsprung sein Bestes versucht. Er nimmt Anlauf und schafft es auf Anhieb, eine tolle Weite zu erreichen. „Super gemacht, Toni“, ruft TIROLI ihm zu.



In dem Moment ertönt ein lauter Pfiff aus der Trillerpfeife des Lehrers – das Zeichen für den Stationenwechsel. Während TIROLI und Armin somit zum Weitsprung wechseln, huscht Toni in Richtung Umkleidekabine. „Ich wasche mir nur schnell die Füße“, ruft Toni dem Lehrer zu. TIROLI beschleicht ein komisches Gefühl, als er sich an das grimmige Gesicht von Toni erinnert. Er beschließt, Toni sicherheitshalber in die Kabine zu folgen.

TIROLI geht schnurstracks in die Kabine. Schon an der Tür sieht er Tonis sandige Fußabdrücke. Doch wie er es sich gedacht hat, führen sie direkt zu Armins Rucksack. TIROLI stellt seinen Klassenkameraden zur Rede: „Suchst du etwas?“ Toni erschrickt und dreht sich schnell um. Kurz überlegt er sich, ob er eine Ausrede suchen soll - doch er weiß, dass man das nicht macht und TIROLI ihm ohnehin auf die Schliche kommen würde. Seufzend setzt er sich auf die Bank und fängt an zu erklären: „Du weißt doch, dass ich ein genau so großer Fan von Kira Grünberg und Lukas Wirth bin, wie Armin. Eigentlich wollte ich auch zu der Veranstaltung, doch leider hatten meine Eltern keine Zeit. Und als ich gesehen habe,

dass Armin dieses tolle Autogramm bekommen hat, bin ich neidisch geworden und wollte auch eins haben. Ich dachte mir, ich kann mir seines ja kurz genauer anschauen...“ TIROLI setzt sich neben Toni hin und seufzt: „Aber Toni, du weißt doch, dass man so etwas nicht macht. Du kannst nicht einfach Armins Autogramm nehmen, nur weil du selber keins hast!“ Toni sieht seinen Fehler ein und verspricht TIROLI, so etwas nie wieder zu machen. Davon abgesehen hat TIROLI auch schon eine Lösung für das Problem. „Zufälligerweise weiß ich, dass die beiden nächste Woche bei einem Wettkampf in Innsbruck sind“, fängt er an zu erklären. „Lass uns doch einen gemeinsamen Ausflug machen – wir schauen uns den Wettkampf an und danach bitten wir die beiden um ein Autogramm.“ „Das würdest du mit mir machen, TIROLI? Das wäre ja eine ganz wunderbare Idee!“, freut sich Toni über den Vorschlag. „Du bist ein richtig guter Freund! Und weißt du was, Armin nehmen wir auch gleich mit, das wird sicherlich ein Spaß!“ Lachend stehen die beiden auf und spazieren zurück zum Sportplatz.





TIROLIS Suchbildrätsel

TIROLI hat ein nettes Bild vom letzten Sportunterricht gefunden. Leider haben sich aber sieben Fehler in das rechte Bild eingeschlichen. Kannst du erkennen welche?



Ball Wirrwarr

Oh je - was für ein Durcheinander! Eigentlich sollten immer fünf gleiche Bälle im Korb sein - weißt du welcher Ball fehlt?

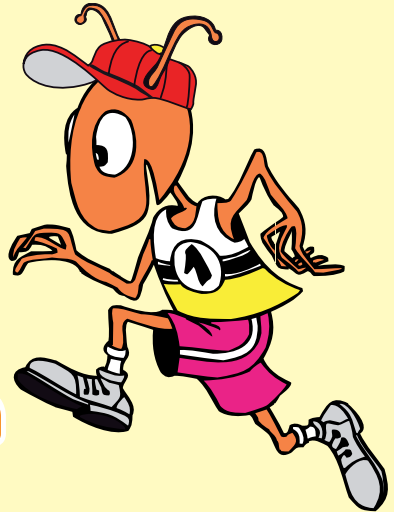




Laufen, Springen, Werfen: Wie viel weißt du wirklich?

TIROLI hat dir zehn knifflige Fragen rund um das Thema Leichtathletik zusammengestellt. Die Antworten kannst du in die freien Kästchen schreiben - die grünen Kästchen ergeben in der richtigen Reihenfolge das Lösungswort! (Achtung: Ü = UE)

1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

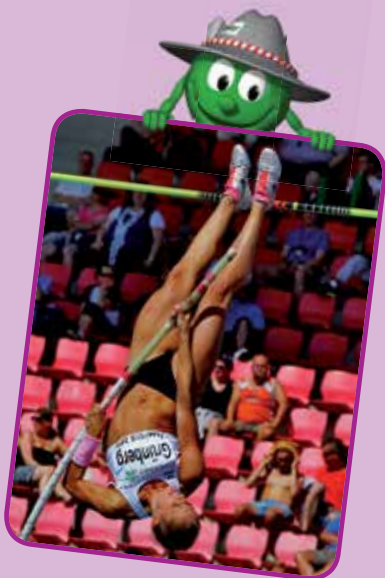


1. Welche Laufdisziplin existiert neben Hindernislauf, Sprint und Laufen noch?
2. Wie heißt Tirols derzeit erfolgreichste Leichtathletin mit Vornamen?
3. 100m, 200m und 400m sind-Strecken.
4. Wie nennt man die Hindernisse auf der Laufbahn?
5. Wie heißt der schnellste Läufer der Welt mit Vornamen?
6. Wurfdisziplinen werden mit Hammer, Speer, Kugel oder ausgeführt
7. Wie heißt die am weitesten verbreitete Sprungdisziplin?
8. Wie wird der internationale Leichtathletikverband abgekürzt?
9. Wie nennt man Wettkämpfe in denen 4 Personen im Team laufen?
10. Was wird gestoßen?



Fünf Fragen an: Kira Grünberg

Kira Grünberg gehört zu den erfolgreichsten Leichtathletinnen unseres Landes. TIROLI hat ihr fünf Fragen zu ihrer Sportart gestellt - lest selbst und vielleicht habt ihr danach ja auch Lust Leichtathletikluft zu schnuppern!



Beginnen habe ich mit Leichtathletik ...

... als ich 9 Jahre alt war. Da habe ich zum ersten Mal Stabhochspringen im Fernsehen gesehen. Mich hat diese Sportart so fasziniert, dass ich zu meinen Eltern gesagt habe, dass ich das auch unbedingt können möchte. Mein Papa meinte, ich solle zuerst alle Disziplinen der Leichtathletik kennen lernen. Doch nach vier Jahren „Grundausbildung“ war ich mir immer noch sicher, dass Stabhochsprung für mich die einzig wahre Disziplin ist.

An Leichtathletik gefällt mir besonders gut ...

... dass sie eine der vielfältigsten Sportarten ist. Man findet mit jeder Größe und Figur die perfekte Disziplin für sich selbst.

Was ist deine Lieblingsdisziplin und warum?

Meine Lieblingsdisziplin ist der Stabhochsprung. Er fasziniert mich auf Grund der Vielseitigkeit der

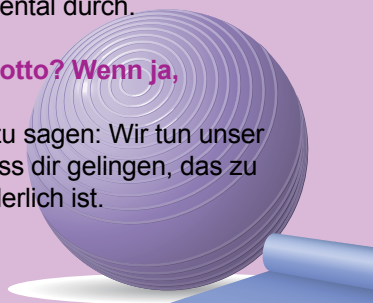
Bewegungen, die in diese Disziplin einfließen. Schnelligkeit im Anlauf, exakte Koordination beim Einstich und beim Bewegen am Stab sowie Kraft, Mut und turnerisches Können sind gleichermaßen gefragt. Man ist ausgeglichen trainiert und benötigt den kleinen Zeh ebenso wie den kleinen Finger. Die Disziplin ist wahrscheinlich die anspruchsvollste in der Leichtathletik.

Am Besten bereite ich mich auf einen Wettkampf vor...

... indem ich mindestens vier Stunden vor Wettkampfbeginn aufstehe. Danach geht es kurz unter die Dusche und anschließend esse ich ein reichhaltiges Frühstück. An einem ruhigen Ort gehe ich meine Sprünge noch einmal mental durch.

Hast du ein Motto? Wenn ja, welches?

Es ist sinnlos zu sagen: Wir tun unser Bestes. Es muss dir gelingen, das zu tun, was erforderlich ist.



Leichtathletik-Training



Ihr habt Lust, selber einmal **Leichtathletik** auszuprobieren? Kein Problem: In Tirol gibt es eine Reihe von Vereinen, die **regelmäßiges Nachwuchstraining** anbieten. Alle Infos dazu findet ihr auf den folgenden Seiten!

Bezirk innsbruck Stadt

ATSV Innsbruck

Günter Schmid
Mail: atsvi-la-schmid@chello.at
Telefon: 0688-8144774

Training für Altersgruppen:

ab 5 Jahren/ab 10 Jahren/ ab 15 Jahren

Trainingsort:

USI LA Stadion, Turnhalle Sieberer Schule,
WUB Halle*

IAC Pharmador

Udo Frizzi
Mail: udo.frizzi@iacleichtathletik.at
Telefon: 0660-5279000

Training für Altersgruppen:

5-12 Jahre/ 10-14 Jahre/ 12-16 Jahre

Trainingsort:

USI LA Stadion, Tivoli, Gymnasium in der
Au, WUB Halle*

Laufleistungszentrum Tirol

Andreas Tomaselli
Mail: andras.tomaselli@max2.at
Telefon: 0699-17888801

Training für Altersgruppen:

alle Altersgruppen

Trainingsort:

USI LA Stadion

Turnerschaft Innsbruck

Juen Hermann
Mail: ts.ibk@chello.at
Telefon: 0660-1580720

Training für Altersgruppen:

5-8 Jahre/ 9-15 Jahre/ 13-18 Jahre

Trainingsort:

Tivoli und Landessportcenter

Leichtathletik Training

Union SV Golden Roof

Armin Margreiter

Mail: office@goldenflysports.com

Telefon: 0664-3937131

Training für Altersgruppen:

Alle Altersgruppen

Trainingsort:

WUB Halle*

*WUB Halle: Matthias Schmid Straße 12, 6020 Innsbruck



Bezirk innsbruck Land

ASV Inzing LA/Gymnastik

Heinz Walcher

Mail: heinz@walcher.priv.at

Telefon: 0699-14006918

Training für Altersgruppen:

ab 5 Jahren/ab 10 Jahren/ ab 15 Jahren

Trainingsort:

Turnhalle Volks- und Mittelschule



Berglaufteam RAIKA Volders

Melanie Gretschnig

Mail: gretschnigmelanie@gmail.com

Telefon: 0660-4823958

Training für Altersgruppen:

alle Altersgruppen

Trainingsort:

Neue Mittelschule



Laufteam SV RAIKA Kolsass-Weer

Peter Tautscher

Mail: peter.tautscher@aon.at

Telefon: 0664-8552630

Training für Altersgruppen:

alle Altersgruppen

Trainingsort:

Turnhalle VS und Fußballplatz Kolsass



SK Völs

Stefan Schmollgruber

Mail: stefan.schmollgruber@tirol.gv.at

Telefon: 0676-411704

Training für Altersgruppen:

ab 6 Jahren/ab 9 Jahren/ ab 12 Jahren

Trainingsort:

Sportplatz Völs, NMS Völs, WUB Halle*



Bezirk Schwaz

TU RAIKA Schwaz

Leo Rirsch

Mail: rirsch.leo@gmail.com

Telefon: 0676-7206863

Training für Altersgruppen:

ab 6 Jahren/ab 10 Jahren/ ab 14 Jahren

Trainingsort:

Hans-Sachs-Schule, Hauptschule und Sportplatz Schwaz

Bezirk Kitzbühel

LG Decker Itter

Josef Feller sen.

Mail: fam.feller@aon.at

Telefon: 0664-1230033

Training für Altersgruppen:

4-16 Jahre/ 16+ Jahre

Trainingsort:

Volksschule und Sportplatz Itter

LG-Pletzer Hopfgarten

Wolfgang Ritsch

Mail: lg-pletzer-hopfgarten@aon.at

Telefon: 0664-8121444

Training für Altersgruppen:

alle Altersgruppen

Trainingsort:

Neue Mittelschule und Sportplatz Hopfgarten, Sportplatz Penning

Bezirk Reutte

SV Reutte LA Raiffeisen

Alexander und Karin Witting

Mail: alexander.witting@ceratizit.com

Telefon: 0676-7210041 und

0676-881006743

Training für Altersgruppen:

ab 6 Jahren

Trainingsort:

VS Archbach Reutte, Sporthalle Gymnasium, Drei Tannen Stadion, Kraftkammer VS Reutte und große Sporthalle Reutte

Bezirk Kufstein

BSV Brixlegg

Tina Reisigl-Moser

Mail: t.reisigl@tsn.at

Telefon: 0676-843325200

Training für Altersgruppen:

ab 5 Jahren, alle Altersgruppen

Trainingsort:

Sportplatz Brixlegg

SU Sparkasse Kufstein

Hans-Peter Welz

Mail: sportunion.kufstein@aon.at

Telefon: 05372-61544

Training für Altersgruppen:

ab 10 Jahren

Trainingsort:

Grenzlandstadion Kufstein, Arena 1

TS Wörgl

Thomas Haberl

Mail: thomas.haberl@oebb.at

Telefon: 0664-6177622

Training für Altersgruppen:

8 bis 17 Jahre

Trainingsort:

Sportanlage Wörgl, HAK Halle Ost

KONTAKT

Tiroler Leichtathletikverband
Reinhard Kessler, Präsident
Defreggerstraße 12
6020 Innsbruck
0512-399898

Mail: praesident@tlv.at
Web: www.tlv.at



Die vier Seiten kannst du ganz
einfach heraus trennen und
separat aufbewahren!

Hirselaibchen- gesund und richtig gut!

Die Zutaten:

- 2 Tassen Hirse
- 3 EL Weizenvollkornmehl
- 2 Eier
- 2 Karotten
- zwei große Champignons
- 1 Zwiebel
- Salz, Pfeffer und Paprikapulver
- frische Kräuter



So einfach wird's gemacht:

1 Wir starten mit der Hirse: Zwei Tassen Hirse mit vier Tassen Wasser zum Kochen bringen. Etwa 10 bis 15 Minuten köcheln lassen, bis das Wasser verdunstet ist. Anschließend die Hirse vom Herd nehmen und 10 Minuten ausquellen lassen.

2 Während die Hirse ausquillt, können wir die Karotten reiben und Champignons und Zwiebel in kleine Stücke schneiden. Wenn ihr frische Kräuter zuhause habt, könnt ihr die auch gleich klein schneiden. Achtet dabei immer auf eure Finger!

3 Jetzt geht's ans Formen der Laibchen! Die gekochte Hirse gemeinsam mit den Eiern, dem Gemüse, drei EL Mehl und den Gewürzen gut kneten. Dann formt ihr einfach flache Laibchen und legt sie auf ein Backblech. Etwa 15 bis 20 Minuten im Backrohr backen und schon seid ihr fertig.

**Viel Spaß beim Kochen und
guten Appetit!**



Laufen, Springen, Werfen: Was ist denn alles „Leichtathletik“?

Leichtathletik ist nicht gleich Leichtathletik! Es gibt viele Disziplinen, die man unter diesem Begriff zusammenfasst. TIROLI stellt euch auf diesen beiden Seiten die wichtigsten Disziplinen vor.

Sprinten, Laufen, Gehen, Hindernislauf...

Laufen ist wohl die bekannteste Disziplin in der Leichtathletik. Aber auch beim Laufen gibt es nicht nur die EINE Disziplin. Die Unterschiede liegen vor allem in der **Länge** der zu bewältigenden Strecke: Es gibt die ganz kurzen **Sprintstrecken** (100 m, 200 m und 400 m), **Mittelstrecken** (800 m, 1.000 m, 1.500 m und 1 Meile) und **Langstrecken** (5.000 m und 10.000 m). All diese Läufe finden im **Leichtathletik-Stadion** statt. Man läuft somit auf einer Laufbahn, so wie TIROLI auf dem Titelblatt! Es gibt aber auch Läufe auf der Straße. Hier gehört beispielsweise der Marathonlauf dazu. Mit einer Länge von 42,195 km ist das die längste, olympische Laufdisziplin der Leichtathletik!

Laufen kann man übrigens auch im Team – das nennt man dann den **Staffellauf**. Vier Athleten laufen dabei nacheinander 100 m. In einem Wechselraum müssen sie ein Staffelholz übergeben – ein Stab aus Holz, Metall oder ähnlichem Material. Gewonnen hat die Staffel, die als erste ohne Fehler mit dem Staffelholz das Ziel erreicht.

Auch **Gehen** gehört zu den leichtathletischen Disziplinen. Die Strecke ist dabei entweder **20 km** oder **50 km** lang. Mit gemütlichem Spazieren hat das aber gar nichts zu tun – Athleten brauchen für 50 km nur rund 3 Stunden 40 Minuten!

Wem Laufen alleine zu langweilig ist, der kann es sich mit **Hindernissen** noch schwieriger machen. Die Strecke ist dabei 3.000 m lang - es sind also etwa siebeneinhalb Stadionrunden zu absolvieren. Pro Runde gibt es vier Hürden und einen Wassergraben zu überwinden. Ganz schön schwierig!





Weitsprung, Dreisprung, Hochsprung und Stabhochsprung...

... sind die Disziplinen für die Springer unter euch! Der **Weitsprung** ist ganz einfach: Nach einem kurzen Anlauf geht es darum, möglichst weit in ein Sandbett zu springen. Der **Dreisprung** ist ein bisschen komplizierter: Hier springt man wie beim Weitsprung von einem Absprungbalken ab. Danach macht man aber zwei weitere Sprünge bis man schließlich im Sandbett landet. So wie auf dieser Zeichnung



Während beim Weit- und Dreisprung die Weite zählt, geht es beim **Hoch- und Stabhochsprung** in die Lüfte! Beim **Hochsprung** geht es darum, eine Latte zu überqueren. Da die Latte nur aufliegt, fällt sie bereits bei einer leichten Berührung herunter! Dann ist der Versuch ungültig. Wie hoch man springen muss, wird am Anfang festgelegt. Wenn man diese Höhe bei drei Versuchen überwindet, wird die Latte höher gesetzt. Beim **Stabhochsprung** hat man einen biegsamen Stab, mit dem man die Sprunglatte überwinden muss. So wie uns Kira Grünberg, Tirols erfolgreichste Leichtathletin, auf Seite 6 zeigt!

Kugelstoß, Speerwurf, Diskuswurf und Hammerwurf

Neben Laufen und Springen gibt es dann noch die **Wurfdisziplinen**. Sie unterscheiden sich vor allem dadurch, was geworfen wird: eine Kugel, ein Speer, ein Diskus oder ein Wurfhammer.

Die **Kugel** wiegt bei Männern 7,26 kg und bei Frauen 4 kg. Der Kugelstoßer steht dabei in einem Ring und muss versuchen, die Kugel so weit wie möglich zu stoßen, ohne aus dem Ring zu treten. Der **Speer** ist um einiges leichter, er wiegt zwischen 400 und 800 g!

Unter einer Kugel und einem Speer kann man sich leicht etwas vorstellen. Aber wisst ihr, was ein Diskus ist? Ein **Diskus** ist eine **linsenförmige Scheibe**. Mit einer speziellen Drehbewegung wird die Scheibe (1 bis 2 kg) aus einem Wurfkreis geworfen.

Und abschließend gibt es noch den „**Wurfhammer**“. Wer jetzt denkt, dass dabei ein richtiger Hammer geworfen wird, liegt falsch. Der „Wurfhammer“ ist eine **Kugel** (übrigens gleich schwer wie beim Kugelstoß), die an einem **Draht** angebracht ist. Die Athleten holen in einem Kreis Schwung und schleudern den Wurfhammer so weit wie möglich. Wie du dir deinen eigenen Wurfball bastelst, zeigt dir TIROLI auf der nächsten Seite!

Indiaca:

Ein Wurfball für zuhause

Du brauchst:

- Leder- oder Jutestoff
- 2 Gummibänder
- Milchreis oder Sand
- 3 kleine Luftballons
- Trichter
- 1 großen Teller
- Federn
- Schere



Ein Indiaca ist so etwas wie ein Wurfball. Ursprünglich stammt es aus Südamerika - aber auch bei uns sieht man es hin und wieder in der Gegend herumfliegen. Mit dieser Anleitung kannst du dir dein eigenes Indiaca für zuhause basteln!

Und so geht's:

1. Schneide aus dem Stoff einen Kreis aus. Er sollte etwa einen Durchmesser von 25 cm haben. Du kannst als Schablone einen Teller zur Hilfe nehmen, damit der Kreis schön rund wird.

2. Ziehe einen kleinen Luftballon über den Trichter. Fülle ihn mit Milchreis oder mit Sand auf, bis er die gewünschte Größe (5 bis 6 cm Breite) erreicht hat.

3. Jetzt schneidest du zwei Luftballons den Hals ab und stülpst sie zur Verstärkung über den Ball - so dass du mit jeder Schicht die Öffnung des letzten Ballons überdeckst.

4. Lege das Ballonbällchen auf den Stoff und ziehe ihn zusammen. Das Säckchen fixierst du mit zwei Gummibändern. Jetzt musst du nur noch ein paar Federn einstecken und du bist fertig!

Seite 3

TIROLIs Suchbildrätsel



Seite 3

Ball Wirrwarr



Der blaue Ball ist nur vier Mal im Korb gelandet.

Seite 4:

Laufen, Springen, Werfen

- 1) Gehen
- 2) Kira (Grünberg)
- 3) Sprint
- 4) Huerden
- 5) Usain
- 6) Diskus
- 7) Weitsprung
- 8) IAAF
- 9) Staffellauf
- 10) Kugel

Lösungswort: FERIEN

TIROLI Kinderclub

- ✓ **kostenlose und unverbindliche** Mitgliedschaft
- ✓ tolle exklusive **Kinderveranstaltungen**
- ✓ zahlreiche **Vergünstigungen** bei TIROLIs Freunden
- ✓ **TIROLIs Clubzeitung** (3x jährlich)
- ✓ **Geburtstagsgeschenk**
- ✓ laufend **Online-Gewinnspiele**
- ✓ und **vielen mehr ...**



**Möchtest auch
du Mitglied werden?
Dann melde dich an auf
www.tirol.at**

ASVÖ Leichtathletik Grand Prix

2015 findet der **ASVÖ Leichtathletik Grand Prix** bereits zum 9. Mal in Tirol statt! Rund **4.600 Volksschulkinder** sind jedes Jahr mit dabei, aufgeteilt auf **15 Stationen** in ganz Tirol.

Was ist der Leichtathletik Grand Prix? Der Leichtathletik Grand Prix ist ein **Mehrkampf** für Volksschulkinder in den Disziplinen **Sprint**, **Weitwurf** und **Weitsprung**. Dabei gibt es einen fixen, klassenweisen **Stundenplan** für alle Teilnehmer.

Die **Ergebnisse** werden vor Ort **ausgewertet** und die besten sechs Burschen und Mädchen jeder Schulstufe bekommen einen tollen Preis vom TIROLI Kinderclub! Alle TeilnehmerInnen bekommen nach der Veranstaltung eine **personalisierte Urkunde** mit ihrer Punktezahl.

Bestleistungen 2014

	Sprint	Sprung	Wurf
1. Schulstufe männlich	6,6 sec.	3,31 m	22 m
1. Schulstufe weiblich	6,6 sec.	3,10 m	18 m
2. Schulstufe männlich	6,4 sec.	3,80 m	31 m
2. Schulstufe weiblich	6,4 sec.	3,45 m	23,5 m
3. Schulstufe männlich	6,1 sec.	4,00 m	38 m
3. Schulstufe weiblich	6,4 sec.	4,20 m	24,5 m
4. Schulstufe männlich	5,6 sec.	4,00 m	38 m
4. Schulstufe weiblich	5,6 sec.	3,73 m	26 m



KONTAKT

ASVÖ Tirol
Fallmerayerstraße 12
6020 Innsbruck
Tel. 0512-586437
www.asvoe-tirol.at
office@asvoe-tirol.at