

Liebe ETC-Mitglieder,

Es wird langsam ernst, denn der 5. Oktober nähert sich mit großen Schritten. Im Anhang findet ihr den vollständigen (vorläufigen) Zeitplan. Je nach Anzahl der Anmeldungen werden wir in der letzten Woche noch einige kleine Anpassungen vornehmen müssen.

Wie in unserem letzten Schreiben angekündigt, bieten wir für diejenigen, die es wünschen, ein Mittagessen an. Bei der Ankunft gibt es für alle auf jeden Fall eine Tasse Kaffee, Tee oder Wasser und einen kleinen Snack. Mittags könnt ihr ein köstliches Pastabuffet mit drei verschiedenen Pastasorten genießen. Für 10 Euro könnt ihr zwischen 11:30 und 14:00 Uhr so viel Pasta essen, wie ihr möchtet. Wir bitten jedoch darum, bei der Anmeldung anzugeben, ob ihr am Pastabuffet teilnehmen möchtet (siehe weiter unten).

Den ganzen Tag über gibt es Getränke, Toasts und Pfannkuchen zu fairen Preisen.

Zur Anmeldung:

- Die niederländischen und belgischen Vereine können sich wie gewohnt über <https://www.atletiek.nu> anmelden, wie sie es für die normalen Wettkämpfe gewohnt sind. Achtet jedoch darauf, dass es zwei verschiedene Wettkämpfe gibt. Einer ist für die Kängurus und Benjamins, der andere für alle anderen Kategorien.
- Bei der Anmeldung müsst ihr euch nur für den gesamten Mehrkampf anmelden. Sollte jemand aus irgendeinem Grund nicht an einer Disziplin teilnehmen wollen oder können, kann er/sie sich am Wettkampftag noch abmelden.
- Für die deutschen, luxemburgischen und französischen Vereine bitten wir darum, uns einfach eine Liste mit den Namen und Geburtsdaten der Teilnehmer bis spätestens 2. Oktober zuzusenden (siehe Anhang für ein Beispiel). Natürlich könnt ihr auch früher eine Zwischenliste senden, damit wir mit der Verarbeitung der Anmeldungen beginnen können, aber die endgültigen Anmeldungen erwarten wir spätestens am 2. Oktober um 23:00 Uhr.
- Bei der Anmeldung bitten wir auch darum, anzugeben, ob ihr am Pastabuffet für 10 Euro teilnehmen möchtet. Auf [atletiek.nu](https://www.atletiek.nu) könnt ihr das während der Anmeldung angeben. Für die deutschen, luxemburgischen und französischen Vereine bitten wir, dies auch einfach bei der Anmeldung der Athleten zu vermerken. Fügt einfach eine Spalte "Pastabuffet" hinzu und gebt dort an, wie viele Personen gerne essen möchten.

Einige sportliche Absprachen:

- Für alle Wurf- und Sprungdisziplinen gibt es 3 Versuche (für alle Kategorien ab Pupil).
- Für die Kängurus und Benjamins:
 - Am Morgen organisieren wir eine echte Tour entlang des Multimovepads in unserem Sportpark. Siehe weiter unten für die Erklärung des Multimovepads.
 - Am Nachmittag organisieren wir einen Kids-Athletics-Wettkampf. Ein Kids-Athletics-Wettkampf besteht aus 4 Disziplinen. Jede Disziplin dauert eine halbe Stunde, und die kleinen Athleten können ihre Disziplin so oft ausüben, wie es die Zeit erlaubt (außer natürlich beim Langstreckenlauf). Die Kinder werden in Gruppen von maximal 25 Athleten eingeteilt und gehen dann mit ihrer Gruppe

von einer Disziplin zur nächsten. Die Reihenfolge der Disziplinen variiert je nach Gruppe und wird am Tag selbst bekannt gegeben.

- Die Kängurus beginnen ihren Wettkampf um 13:10 Uhr und beenden ihn gegen 14:55 Uhr mit einem 600-Meter-Lauf.
- Die Benjamins beginnen ihren Wettkampf um 12:15 Uhr und beenden ihn gegen 14:00 Uhr mit einem 800-Meter-Lauf.
- Natürlich dürfen diese Athleten danach auch noch an der abschließenden Staffel teilnehmen.
- Da es immer einige Unterschiede zwischen den verschiedenen Ländern in Bezug auf diese Kinderwettkämpfe gibt, haben wir im Anhang auch eine Beschreibung der verschiedenen Disziplinen pro Kategorie hinzugefügt. Ihr könnt euch auch Videos auf <https://www.atletiek.be/jeugd/kids-aanbod/video-s-wedstrijdvorm-kangoeroes-benjamins> ansehen, in denen die verschiedenen Disziplinen gezeigt werden.

Der Wettkampf selbst endet mit einer lustigen Staffel über 25 x 100 Meter.

- Dafür müsst ihr euch nicht anmelden. Wir bitten nur darum, am 5. Oktober anzugeben, wie viele Teams ihr aufstellen möchtet. Diese Staffel wird in Erwartung der Siegerehrung gelaufen. Die Regeln sind ganz einfach:
 - Die Staffel wird über 25 x 100 Meter gelaufen und dient nur dem Spaß.
 - Alle Athleten aller Kategorien dürfen teilnehmen und werden idealerweise gemischt aufgestellt.
 - Wenn ihr keine 25 Athleten zusammenbekommt, dürfen Athleten auch doppelt laufen.
 - Die Organisation wird die verschiedenen Wechsellpunkte deutlich markieren (Start, Wechsel 1, Wechsel 2, Wechsel 3, ..., Wechsel 24). Die Vereine teilen ihre Athleten selbst auf die verschiedenen Wechsellpunkte auf.

Zur Sicherheit geben wir hier auch noch einmal die Kategorieneinteilungen an:

- Kängurus (KAN): Geburtsjahre 2017-2018-2019
- Benjamins (BEN): Geburtsjahre 2015-2016
- Pupillen (PUP): Geburtsjahre 2013-2014
- Miniemen (MIN): Geburtsjahre 2011-2012
- Kadetten (CAD): Geburtsjahre 2009-2010
- Scholieren (SCH): Geburtsjahre 2007-2008
- Junioren (JUN): Geburtsjahre 2005-2006
- Senioren (SEN): Geburtsjahr 2004 und früher
- Masters (MAS): ab dem Tag, an dem man 35 Jahre alt wird.
- Junioren, Senioren und Masters werden ihre Disziplinen gemeinsam absolvieren. Masters stoßen und werfen mit dem Gewicht, das ihrer Alterskategorie entspricht.

Sollten noch Fragen oder Unklarheiten bestehen, zögert nicht, uns unter esak@val.be oder +32478721202 zu kontaktieren.

Wir freuen uns sehr darauf und hoffen, dass ihr das auch tut!