

# Disziplinen - KiLa-Liga 2025 - U8

			KiLa 1	KiLa 2	KiLa 3	KiLa 4	gesamt
			15.03.2025	28.06.2025	07.09.2025	02.11.2025	
			TG Traisa	TV Nieder-Beerbach	TSV Pfungstadt	SG Weiterstadt	
			Kreissporthalle Nieder-Ramstadt	Bergturnfestgelände Frankenstein	Sportplatz Pfungstadt	Sporthalle Gräfenhausen	
Lauf-Bereich	vom "Schnell-Laufen" zum Sprint	30m	X	<input type="checkbox"/>	X	X	3
			stehend, Blick zur Ziellinie		Schneidersitz rückwärts	stehend, Rücken zur Startlinie	
			A-Bomben-Sitz** rückwärts		Hocke vorwärts	Vierfüßlerstand* vorwärts	
	Vom "Über-Laufen" zum Hürdensprint	30m-Hindernissprint Staffel	X	X	<input type="checkbox"/>	X	3
Vom "Staffel-Laufen" zur Rundenstaffel	4 Hindernisse		5 Hindernisse		4 Hindernisse		
Vom "Ausdauernd-Laufen" zum Dauerlauf	Team-Biathlon	<input type="checkbox"/>	X	X	<input type="checkbox"/>	2	
			Gymnastikball	Gymnastikball			
Sprung-Bereich	Vom "Weit-Springen" zum Weitsprung	Ziel-Weitsprung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	1
	Vom "Hoch-Springen" zum Hochsprung	Hoch-Weitsprung I	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	1
	Vom "Mehrfach-Springen" zum Dreisprung	Einbein-Hüpfstaffel	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
	Vom "Stab-Springen" zum Stabhochsprung	Stabsprung	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
Wurf-Bereich	Vom "Schlagwurf" zum Speerwurf	Schlagwurf	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1
				Wurfstab			
	Vom "Beidarmigen Stoßen" zum 1 kg	Beidarmiges Stoßen	X	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	2
Vom "Drehen und Werfen" zum Diskuswurf	Drehwurf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	X	<input type="checkbox"/>	1	
				Tennisring			

\* Vierfüßlerstand: Kinder sitzen im Vierfüßlerstand mit Blick zur Ziellinie. Die Arme sind rechtwinklig gestreckt. Die Knie sind auf dem Boden und die Beine rechtwinklig gebeugt

\*\* A-Bomben-Sitz: Kinder sitzen mit dem Po auf dem Boden. Die Arme umfassen die angewinkelten Beine.