

# Schema Jugendevent Region Nord

*Leia Winkler, Lilly Hermann: Eintracht Duisburg 1848 e.V.*

## Ungefährer Zeit/ Ablaufplan:

Treffen/ Vorstellung/ Einteilung: 90 min

- kurzes Hallo sagen und Einteilung der Teams/ Vereine (wahrscheinlich mit Voranmeldung für die Anzahl) für eine „Olympiade“ (zum besseren kennenlernen auch gemischte Teams wenn man will) jedes Team hat einen Gruppenleiter
- Das Team hat 10-15 Teilnehmer je nachdem wie viele angemeldet sind
- Danach warm machen einzelner Teams (ca. 45 min)

Start der Disziplinen: ca. 3-4 std.

- Disziplinen aufgeteilt, sodass nach ca. 3 Disziplinen eine Pause eingebaut werden kann.
- Bei den Disziplinen können Variationen eingebaut werden (z.B. Hürdenstaffel, Parkour auf der Bahn bei Sprint, etc.) \*siehe unten
- pro Disziplin 2-4 Starter (außer bei z.B. einer Staffel da können es mehr sein)
- Die Starter werden fest festgelegt und zum Start kommen auch nur die die starten

Beendigung der Olympiade:

- Man muss versuchen so viele Punkte wie möglich zu sammeln mit seinem Team und am Ende wird der Sieger verkündigt und erhält einen Preis

Verpflegung/ Workshop:

- Grillen + Vorträge von Athleten und Sportlern, Trainern
- Athletenvorträge: z.B. Mein Weg zur DM
- Sportler, Trainervorträge: Ernährung, Motivation
- Verpflegung: Salate, Bratwürste mit/ohne Brötchen, Kuchen, Cola, Wasser, Apfelschorle, Fanta

Variationen der Disziplinen:

Speer in Ringe werfen(Speergolf)

Hürden Staffel(Pendel)

Oder unendlich Staffel

100,300 Pakour über die Bahn aufbauen mit Kästen etc.

jeder sollte/ kann neue Disziplinen entdecken

also es können auch die Sprinter werfen oder die Langläufer sprinten