

**Kantonsschule Alpenquai Luzern**

**Sommersporttag 2019 – 1. Klassen**

**Leichtathletik – Dreikampf (60m, Weit, Wurf)**



<b>Datum</b>	<b>Dienstag, 4. Juni 2019</b> Verschiebedaten: Di, 11.6. / Di, 18.6. (Priorität Sommersporttag Obergymnasium)	
<b>Ort</b>	Aussenanlagen Sportareal KSA	
<b>Leitung</b>	Gabriela Biese / Mathias Frank	
<b>Zeitplan</b>		
07.45 Uhr	<b>Mädchen:</b>	<b>Umkleiden und selbstständiges Aufwärmen</b> Abholen der Startnummer auf dem Basketball-Hartplatz.
08.15 Uhr	<b>Knaben:</b>	<b>Umkleiden und selbstständiges Aufwärmen</b> Abholen der Startnummer auf dem Basketball-Hartplatz.
08.00 Uhr	<b>Mädchen</b>	Klassen <b>1a – 1d</b> Start LA-Dreikampf mit dem <b>60-Meter-Lauf</b>
08.00 Uhr	<b>Mädchen</b>	Klassen <b>1e – 1h</b> Start LA-Dreikampf mit dem <b>Weitsprung</b>
08.00 Uhr	<b>Mädchen</b>	Klassen <b>1i – 1n</b> Start LA-Dreikampf mit dem <b>Ballwurf</b>
08.30 Uhr	<b>Knaben</b>	Klassen <b>1a – 1e</b> Start LA-Dreikampf mit dem <b>60-Meter-Lauf</b>
08.30 Uhr	<b>Knaben</b>	Klassen <b>1f - 1j</b> Start LA-Dreikampf mit dem Weitsprung
08.30 Uhr	<b>Knaben</b>	Klassen <b>1k – 1n</b> Start LA-Dreikampf mit dem Ballwurf
<b>Wichtig</b>	Nach der ersten vorgegebenen Disziplin kann die nächste Disziplin <u>frei gewählt</u> werden. Am besten dort, wo gerade wenige Athletinnen und Athleten sind. Bitte immer in Gruppen von 2 bis 4 Personen beim 60-Meter-Lauf erscheinen.	
ca. 10.00 Uhr	Beginn <b>Spielturnier</b> an der KSA <b>Bitte Spielpläne beachten und rechtzeitig zu den Spielen da sein.</b>	
ca. 17.00 Uhr	Rangverkündigung nach dem Spielturnier beim Hartplatz KSA	