

Wurf-3-Kampf beim TuSLi am 21. Oktober 2023

Zum Beginn der Herbstferien am 21. Oktober 2023 machten sich vier Athlet:innen der U8 und U10 unserer Leichtathletik-Abteilung in Begleitung von Eltern und Geschwistern auf den Weg ins Stadion Lichterfelde zum Wurf-3-Kampf. Die Wetterapp zeigte morgens noch 5 Grad Celsius an, glücklicherweise mit steigender Tendenz.

Finnley, Frieda, Maximilian und Selma gingen noch mal die Wurftechniken für die unterschiedlichen Würfe durch, dann begann schon das gemeinsame Warm-up für die Kinder.



Der Veranstalter hatte drei Felder für die unterschiedlichen Disziplinen aufgebaut: Heulerwurf, Medizinballstoßen und Drehwurf. Nach einem kurzen Einwerfen hatte jedes Kind in jeder Wurfart vier Versuche, von denen jeweils die besten drei gewertet wurden.

Unsere U8er Finnley und Maximilian starteten mit dem Heulerwurf. Der

ebenso gebräuchliche Name Wurfrakete beschreibt ungefähr die Form des ca. 30 cm langen Sportgerätes, das die beiden aus Schrittstellung möglichst weit zu werfen hatten. Später setzten sich auch Frieda und Selma erfolgreich mit diesem Gerät auseinander, als U10er mit drei Schritten Anlauf.

Die Mädchen begannen mit den anderen Kindern der U10 mit dem Medizinballstoßen. Der 1 kg schwere Ball war einhändig zu stoßen. Die Kinder der U8 stießen das gleiche Gewicht mit beiden Händen.

Für die U8er war der Drehwurf die zweite Disziplin, für die U10er die letzte. Die jüngeren Kinder schleuderten Tennisringe aus der Schrittstellung. Die älteren Kinder beschleunigten die zu schleudernden Fahrradreifen mit einer Drehung um ihre Körperachse.

Bei der Siegerehrung konnten sich Finnley über einen dritten Platz, Frieda über einen fünften Platz, Maximilian und Selma jeweils über einen vierten Platz sowie alle zusammen über Jojos und Lutscher freuen.

Autorin bzw. Autor: Roswitha und Carsten