

Tätigkeitsprogramm LA-Jugi 2023



Liebe Leichtathletinnen und Leichtathleten, liebe Eltern

Für das kommende Jahr haben wir Leitende uns folgende **Ziele** gesetzt:

- **U14 und älter trainieren mindestens 2x pro Woche**
- **Alle bestreiten Wettkämpfe** (U10+U12: 2 - 3 / U14: 3 - 5 / U16 und älter: 4 - 7)
- **10 Qualifikationen für den Kantonalfinal des UBS Kids Cups**
- **Wir leben unsere Grundsätze**
- **Leiterteam weiter vergrössern**

unsere Grundsätze

- Uns ist Vielseitigkeit wichtig (Mehrkampf) und alle bestreiten Wettkämpfe
- Die Trainings werden von J+S-Leitern geleitet.
- Regelmässiger Trainingsbesuch wird erwartet (ab U14 2x pro Woche)
- Bei Verhinderung beim Leiter abmelden
- Nagelschuhe sind bei jedem Training und Wettkampf mit dabei

Im beiliegenden Wettkampfkalender haben wir die möglichen Wettkämpfe aufgelistet. Wir bitten euch bereits heute zu überlegen, welche Wettkämpfe ihr bestreiten möchtet. Damit wir uns ein Bild über eure Wettkampfwünsche machen können,

gebt ein Exemplar des ausgefüllten Wettkampfblattes bis 30. März 2023 ab.

Der Jahresbeitrag für die LA-Jugi beträgt CHF 70.-. Aktivmitglieder 16 - 20 Jahre CHF 80.- + CHF 40.- an Lizenz, ab 20 Jahren CHF 125.- + CHF 40.- an Lizenz
Lizenzen für U14 und jünger: Lizenz wird durch TVH bezahlt.

Lizenzen für U16 und älter: Ihr müsst den Member-Beitrag swiss-athletics (2023: CHF 80.-) bezahlt haben, damit wir für euch die Lizenz lösen können.

Informationen + Anmeldungen zu den Wettkämpfen werden per Email und Whatsapp zugestellt.

Wir Leitende freuen uns mit euch auf eine erfolgreiche Saison 2023.

Kontaktadressen Hauptleiter*in:

Adrian Pulfer, Birkenweg 4, 3367 Thörigen - 062 961 69 55 - 079 677 42 76 - adrian.pulfer@besonet.ch

Karin Pulfer, Birkenweg 4, 3367 Thörigen - 062 961 69 55 - 077 422 90 79 - karin.pulfer@besonet.ch

Thomas Friedli, Länggasse 5b, 3360 H'buchsee - 062 961 01 28 - 079 935 15 26 - thoemu.friedli@gmail.com

Daniela Steffen, Weingartenstrasse 1, 3367 Thörigen - 079 625 91 76 - steffendane@gmail.com

Manuel Liechti, Oberfeldstrasse 1, 3362 Niederönz - 079 792 96 68 - mehrkaempfer@gmx.net

Trainingszeiten-/Ort:

Di: 18.00 - 19.45 Uhr U14 + älter (Winter - 19.30 Uhr)

Do: 18.00 - 19.45 Uhr ab 3. Klasse

Sa: 09.30 - 11.30 Uhr U14 + älter

Sommerhalbjahr: Sportanlage Oberstufe

Winterhalbjahr: Aussenanlagen/Kraftraum Oberstufe (Dienstag), Sporthalle Mittelholz (Donnerstag), Turnhallen Oberstufe (Samstag)

Auf Empfehlung der Leitenden können an den Samstag- und Dienstagtrainings auch Jüngere teilnehmen.

Trainings während den Schulferien

Während der Sportwoche, den Frühlings- und Sommerferien finden die Trainings statt.

Während den Herbstferien (25.09. - 15.10.23) findet kein Training statt.

Kategorien

U10	2014/15/16	U18	2006/07
U12	2012/13	U20	2004/05
U14	2010/11	U23	2001/2002/2003
U16	2008/09	Aktive	2000 und älter

*PS: Ingold-Sport, einer unserer Haupt-Sponsoren, erstattet dem TVH jährlich 2 % des Umsatzes, den er mit Mitgliedern und Freunden des TVH macht, zurück. Damit der TVH auch von euren Einkäufen profitieren kann, müsst ihr beim Bezahlen angeben, dass dieser Betrag zugunsten des TVH verbucht werden soll.
Informiert bitte auch eure Freunde, Bekannten und Verwandten - wir profitieren alle davon!*

Leichtathletik-Wettkämpfe 2023

Spass haben ,
regelmässig üben (Training, Wettkämpfe, Trainingslager, LA-Ferienkurs),
an sich glauben und nicht aufgeben!



Ein ausgefülltes Blatt bis
30. März 2023 im Training abgeben.

Name	Vorname	E-Mail
------	---------	--------

Wer für Team-Anlässe (TA), welche mit einem „x“ gekennzeichnet sind, zusagt, mit dem wird gerechnet. Du wirst rechtzeitig vor dem Anlass das Aufgebot erhalten. Eine Anmeldung erfolgt hier nicht. Die LA ist eine Helferintensive Sportart. Wer (Eltern, Geschwister...) hilft an Wettkämpfen als Wettkampfhelfer/Kampfrichter mit? Bitte in Spalte **WKH** (gelb markiert) eintragen.

Ich nehme am Wettkampf teil:			Datum	WKH	TA	Anlass	TVH startet in folg. Kategorien	Ort	Bemerkung	MK = Mehrkampf KM = Kantonalmeisterschaften SVM = Schweizerische Vereinsmeisterschaft
ja	?	nein								
			28./29.01.23			Hallenmeeting BBA	U14 und älter	Maggingen		
			04./05.02.23			Hallenmeeting LA-Bern	U16 und älter	Maggingen		
			11.02.23			Qualifikations-Meeting Nachwuchs	U16 - U20	Maggingen	Qualifikations-Meeting für die Hallen SM Nachwuchs	
			18./19.02.23			Hallen-SM Aktive	Aktive (Limite)	St. Gallen	SM-Limite muss erfüllt sein (siehe www.swiss-athletics.ch)	
			19.02.23			Lokale Ausscheidung UBS Kids Cup Team	U10 - U16	Langenthal		
			25./26.02.23			Hallen-SM Nachwuchs	U16 - U20 (Limite)	Maggingen	SM-Limite muss erfüllt sein (siehe www.swiss-athletics.ch)	
			12.03.23			Regionalfinal UBS Kids Cup Team	qualifizierte	Burgdorf		
			25.03.23			CH-Final UBS Kids Cup Team	qualifizierte	Yverdon		
			15.-19.04.23			TVH LA-Trainingslager	ab U12	Baden	Anmeldung bereits erfolgt. Weitere Infos folgen.	
			29.04.23			Eröffnungsmeeting	U12 - Aktiv	Cham oder Riehen	alle machen Sprint, Hoch oder Weit und einen Wurf	
			06.05.23			Hürden-Meeting	U10 - Aktiv	Langnau i.E.	Gelegenheit Hürden zu laufen	
			07.05.23			Dr schnällscht Oberaargauer	Jg. 08 - 16+jünger	Langenthal	Sprint od. 1000m; Quali für Kant.Final	
			14.05.23			Lokale Ausscheidung UBS Kids-Cup	Jg. 08 - 16+jünger	Kirchberg	3-Kampf - Quali für Kant.Final	
			18.05.23			Nationales Auffahrtmeeting	Aktiv / U20 / U18 / U16	Langenthal	für Leistungsorientierte	
			20./21.05.23			Mehrkampfmeeting	U18 und älter	Landquart	für Leistungsorientierte	
			10./11.06.23			KM Nachwuchs	U10 - U18	Thun	Kantonalmeisterschaften Einzeldisziplinen und Staffel	
			16.-18.06.23			Regionenmeisterschaften Westschweiz	U14 / U16 / U18	Lausanne Pontaise	Regionenmeisterschaften Einzeldisziplinen (für Leistungsorientierte)	
			17./18.06.23			SM Mehrkampf	Aktive	Basel		
			23.-25.06.23			Verbandsturnfest	U10 - U16	Wangen a/A		
			24.06.23			Lokale Ausscheidung UBS Kids-Cup	Jg. 08 - 16+jünger	Langenthal	3-Kampf - Quali für Kant.Final	
			25.06.23	x		SVM Nachwuchs Mehrkampf	U14 / U16 / U18	Bern-Wankdorf	LZO-Teams: Mannschaftswettkampf Mehrkampf	
			01.07.23			Nationales Nachwuchsmeeing LA-Bern	U16 + älter	Bern-Wankdorf	für Leistungsorientierte	
			02.07.23			Visana-Sprint Kantonalfinal	Jg. 08 + jünger	Interlaken	Quali am schnällschte Oberaargauer oder Limite siehe www.blv-nachwuchs.ch	
			02.07.23			SVM U20 Frauen + U20 Männer	nach Aufgebot	Alle	LZO-Teams: U18+U16 Athletinnen und Athleten können bei Bedarf eingesetzt werden	
			29./30.07.23			SM Aktive	Aktive (Limite)	Bellinzona		
			31.07.-04.08.23			32. Ferienkurs LA	ab 3. Klasse	Herzogenbuchsee	Trainingswoche für TVH-Mitglieder und Nicht-Mitglieder	
			09.08.23			Int. Sommermeeting	U16 + älter	Langenthal	für Leistungsorientierte	
			12.08.23			Nachwuchsmeeing	U12 / U14 / U16 / U18	Zofingen	fast alle Disziplinen werden angeboten	
			19.08.23			UBS Kids-Cup Kantonalfinal (TV Uetendorf)	qualifizierte	Thun	Top 35 pro Jahrgang -> http://www.ubs-kidscup.ch/de/resultatebestenlisten/kantonsbestenliste.html	
			25.08.23			Kantonalfinal Mille Gruyère	qualifizierte	Huttwil	Quali am schnällschte Oberaargauer oder Limite siehe www.blv-nachwuchs.ch.	
			26.08.23	x		SVM Nachwuchs Einzel	U12 / U14 / U16 / U18	Langenthal	LZO-Teams: Mannschaftswettkampf Einzel (Pflichtwettkampf)	
			27.08.23			Grosses Meeting für die Kleinen	U10 - U14	Bern-Wankdorf	Einzeldisziplinen (Hürden, Staffel mit LZO)	
			02.09.23			CH-Final UBS Kids Cup	qualifizierte	Zürich-Letzigrund	Quali am Kantonalfinal	
			02.09.23			Team-SM	nach Aufgebot/Qualifikation	Schaffhausen	LZO-TeamsU18+U16 Athletinnen und Athleten können bei Bedarf eingesetzt werden	
			03.09.23			Staffel-SM	U16 + älter	Widen AG	LZO-Teams	
			09./10.09.23			SM-Nachwuchs	U16 - U18 (Limite)	Frauenfeld	SM-Limite muss erfüllt sein (siehe www.swiss-athletics.ch)	
			09./10.09.23			SM-Nachwuchs	U23 - U20 (Limite)	Lausanne-Vidy		
			16.09.23			SVM NLB Männer + NLA Frauen	nach Aufgebot	Thun / Martigny	LZO-Teams: U18+U16 Athletinnen und Athleten können bei Bedarf eingesetzt werden	
			17.09.23			CH-Final Visana Sprint	qualifizierte	Freiburg City	Quali am Kantonalfinal	
			23.09.23			CH-Final Mille Gruyère	qualifizierte	Regensdorf	Quali am Kantonalfinal (Betreuung durch Eltern)	
			23./24.09.23			Mehrkampfmeeting	alle	Hochdorf	Saisonabschluss im Mehrkampfmekka der Schweiz	
			18.11.23			UBS Kids Cup Team (lokale Ausscheidung)	U10 - U16	Herzogenbuchsee	Teamwettkampf in der Halle - ALLE sind dabei!	

Weitere Infos unter: www.tvh.ch oder www.blv-nachwuchs.ch oder www.swiss-athletics.ch
Wer weitere UBS Kids-Cup-Wettkämpfe bestreiten will -> www.ubs-kidscup.ch/de/startmoeglichkeiten.html