

Tätigkeitsprogramm LA-Jugi 2024



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)
- **12 Qualifikationen für den Kantonalfinal des UBS Kids Cups**
- **Wir leben unsere Grundsätze**

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

Im beiliegenden Wettkampfkalendar 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 Wettkampfblasses bis 28. März 2024 ab.

Der Jahresbeitrag (inkl. Lizenz) für die LA-Jugi beträgt CHF 70.-. Aktivmitglieder 16 - 20 Jahre CHF 80.- + Lizenz, ab 20 Jahren CHF 125.- + Lizenz

Lizenzen für U14 und jünger: Lizenz wird durch TVH bezahlt.

Lizenzen für U16 und älter: Ihr müsst den Member-Beitrag swiss-athletics (2024: CHF 80.-) bezahlt haben, damit die Lizenz gelöst werden kann.

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

Wir Leitende freuen uns mit euch auf eine erfolgreiche Saison 2024.

Kontaktadressen Hauptleiter*in:

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

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

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

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

Trainingszeiten-/Ort:

Mo:	18.00 - 19.45 Uhr	U14 + älter	Stabhochsprung	<i>(nur Sommerhalbjahr)</i>
Mo:	18.30 - 20.00 Uhr	ab 2. Jahr U14	Wurftraining	
Di:	18.00 - 19.45 Uhr	U14 + älter	Grundlagentraining	<i>(Winterhalbjahr bis 19.30 Uhr)</i>
Do:	18.00 - 19.45 Uhr	ab 3. Klasse	Grundlagentraining	
Sa:	09.30 - 11.30 Uhr	U14 + älter	Grundlagentraining	

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 (21.09. - 13.10.24) findet kein Training statt.

Kategorien

U10	2015/16/17	U18	2007/08
U12	2013/14	U20	2005/06
U14	2011/12	U23	2002/2003/2004
U16	2009/10	Aktive	2001 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 2024

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



Ein ausgefülltes Blatt bis
28. März 2024 im Training abgeben.

Name	Vorname	E-Mail

Ich nehme am Wettkampf teil:			Datum	Anlass	TVH startet in folg. Kategorien	Ort	Bemerkung	MK = Mehrkampf KM = Kantonalmeisterschaften SVM = Schweizerische Vereinsmeisterschaft
ja	?	nein						
			27./28.01.24	Hallenmeeting BBA	U14 und älter	Magglingen		
			03./04.02.24	Hallenmeeting LA-Bern	U16 und älter	Magglingen		
			10.02.24	Qualifikations-Meeting Nachwuchs	U16 - U20	Magglingen	Qualifikations-Meeting für die Hallen SM Nachwuchs	
			17./18.02.24	Hallen-SM Aktive	Aktive (Limite)	St. Gallen	SM-Limite muss erfüllt sein (siehe www.swiss-athletics.ch)	
			24./25.02.24	Hallen-SM Nachwuchs	U16 - U20 (Limite)	Magglingen	SM-Limite muss erfüllt sein (siehe www.swiss-athletics.ch)	
			10.03.24	Regionalfinal UBS Kids Cup Team	qualifizierte	Burgdorf		
			23.03.24	CH-Final UBS Kids Cup Team	qualifizierte	Zürich		
			06.-10.04.24	TVH LA-Trainingslager	ab U12	Baden	Anmeldung bereits erfolgt. Weitere Infos folgen.	
			27.04.24	Frühlingsmehrkampf	U10 - Aktiv	Rüegsau	4-Kampf (Sprint + 3 Wahldisziplinen wie Weit, Ball, Hürden, Kugel, Hoch, 1000m, Speer)	
			27.04.24	Leichtathletik-Nachmittag	Jg. 09 - 15	Huttwil	Leichtathletik-Trainingsnachmittag für Kids im Rahmen Leiterkurs	
			04.05.24	Hürden-Meeting	U10 - Aktiv	Langnau i.E.	Gelegenheit Hürden zu laufen	
			05.05.24	Dr schnällscht Oberaargauer	Jg. 09 - 17+jünger	Langenthal	Sprint od. 1000m; Quali für Kant.Final	
			09.05.24	Nationales Auffahrtmeeting	Aktiv - U16	Langenthal	für Leistungsorientierte / Stabhochsprung mit Anfangshöhe 1.80m	
			11.05.24	Lokale Ausscheidung UBS Kids-Cup	Jg. 09 - 17+jünger	Kirchberg	3-Kampf - Quali für Kant.Final	
			25./26.05.24	Mehrkampfmeeting	U16 und älter	Landquart	für Leistungsorientierte	
			26.05.24	Nationales Nachwuchsmeeeting LA-Bern	U16 + älter	Bern-Wankdorf	für Leistungsorientierte	
			01./02.06.24	KM Nachwuchs	U10 - U18	Thun	Kantonalmeisterschaften Einzeldisziplinen und Staffel	
			15.-16.06.24	Regionenmeisterschaften Westschweiz	U14 / U16 / U18	Bern-Wankdorf	Regionenmeisterschaften Einzeldisziplinen (für Leistungsorientierte)	
			22.06.24	Lokale Ausscheidung UBS Kids-Cup	Jg. 09 - 17+jünger	Langenthal	3-Kampf - Quali für Kant.Final	
			23.06.24	SVM Nachwuchs Mehrkampf	U12 / U14 / U16 / U18	Bern-Wankdorf	LZO-Teams: Mannschaftswettkampf Mehrkampf/Einzel	
			28./29.06.24	SM Aktive Einzel + Mehrkampf	Aktive	Winterthur		
			30.06.24	Visana-Sprint Kantonalfinal	Jg. 09 + jünger	Thun	Quali am schnällschte Oberaargauer oder Limite siehe www.blv-nachwuchs.ch	
			06.07.24	SVM U20 Frauen + U20 Männer	nach Aufgebot	Alle	LZO-Teams: U18+U16 Athletinnen und Athleten können bei Bedarf eingesetzt werden	
			27.07.24	4. Obstgartenmeeting - Stabhochsprung	U14 und älter	Erlinsbach	u.a. mit Anfangshöhe 1.55m	
			29.07.-02.08.24	33. Ferienkurs LA	ab 3. Klasse	Herzogenbuchsee	Trainingswoche für TVH-Mitglieder und Nicht-Mitglieder	
			07.08.24	IBL-Sommer-Abendmeeting	U16 + älter	Langenthal	für Leistungsorientierte	
			10.08.24	Nachwuchsmeeeting	U12 / U14 / U16 / U18	Zofingen	fast alle Disziplinen werden angeboten	
			16.08.24	Kantonalfinal Mille Gruyère	qualifizierte	Lyss	Quali am schnällschte Oberaargauer oder Limite siehe www.blv-nachwuchs.ch. (Betreuung durch Eltern)	
			17./18.08.24	SM-Nachwuchs	U23 - U20 (Limite)	Langenthal		
			18.08.24	UBS Kids-Cup Kantonalfinal	qualifizierte	Kirchberg	Top 35 pro Jahrgang -> http://www.ubs-kidscup.ch/de/resultatebestenlisten/kantonsbestenliste.html	
			24./25.08.24	SM Mehrkampf Nachwuchs	U16 - U23	Martigny		
			25.08.24	Grosses Meeting für die Kleinen	U10 - U14	Bern-Wankdorf	Einzeldisziplinen (Hürden, Staffel mit LZO)	
			31.08./01.09.24	SM-Nachwuchs	U16 - U18 (Limite)	Lausanne	SM-Limite muss erfüllt sein (siehe www.swiss-athletics.ch)	
			07.09.24	CH-Final UBS Kids Cup	qualifizierte	Zürich-Letzigrund	Quali am Kantonalfinal	
			07.09.24	Team-SM	nach Aufgebot/Qualifikation	Genf, Bout-du-Monde	LZO-Teams U18+U16 Athletinnen und Athleten können bei Bedarf eingesetzt werden	
			08.09.24	Staffel-SM	U16 + älter	Genf, Bout-du-Monde	LZO-Teams	
			14.09.24	SVM NLB Männer + NLA Frauen	nach Aufgebot	St. Gallen / Winterthur	LZO-Teams: U18+U16 Athletinnen und Athleten können bei Bedarf eingesetzt werden	
			15.09.24	CH-Final Mille Gruyère	qualifizierte	Alle	Quali am Kantonalfinal (Betreuung durch Eltern)	
			22.09.24	CH-Final Visana Sprint	qualifizierte	Bern - Bundesplatz	Quali am Kantonalfinal	
			16.11.24	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