



Familiensporttag des VfL Hinsbeck

Am Samstag 10. Juni 2017

auf der Sportanlage „Leo Vriens“

Höhenweg 18 in Hinsbeck

Tagesplan

13:00 Uhr Öffnung der Grillbar, Kaffee, Kuchen, Getränke

13:30 Uhr Tanzaufführungen der VfL-Tanzgruppen

14:00 Uhr Beginn des Volleyball-Sommer-Cups 2017 mit vorangemeldeten Mannschaften

14:00 Uhr Sportabzeichenabnahme für jedermann und Abnahme des Kinderbewegungsabzeichens NRW (Kibaz) (bis 17 Uhr)

17:00 Uhr 1. Hinsbecker Jux-Biathlon-Staffel-Meisterschaft

Die **Sportabzeichenabnahme** richtet sich an alle, die es doch nochmal wissen wollen. Ab sechs Jahren kann man die Prüfungen zum Sportabzeichen bereits ablegen, die Altersgrenze nach oben ist nicht begrenzt.

Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Wir bieten an diesem Tage an, die Leistungsanforderungen aus dem Bereich Leichtathletik zu erfüllen. Daneben enthält der Leistungskatalog des Deutschen Sportabzeichens noch die Sportarten Turnen, Schwimmen und Radfahren.

Ein Nachweis der Schwimmfertigkeit ist eine zusätzliche notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens, die in jedem Schwimmbad von einem Bademeister abgenommen werden kann.

Mit den drei Leistungsstufen Bronze, Silber und Gold will das Deutsche Sportabzeichen einen Anreiz zur Vorbereitung und Leistungssteigerung durch Training setzen. Den Anforderungskatalog findet ihr hier: [Kinder](#) [Erwachsene](#)

Stell' dich deiner persönlicher Herausforderung!

Das **Kinderbewegungsabzeichen NRW** (kurz Kibaz) besteht aus 10 verschiedenen Bewegungsstationen, die ohne Zeitbegrenzung von den 3-6 jährigen Kindern durchlaufen werden. Nach Absolvieren des Parcours erfolgt sofort die Ehrung des Kindes.

„Das Kibaz NRW ist ein Bewegungsangebot, das 3-6 jährigen Kinder spielerisch und ihrem Alter entsprechend für Bewegung, Spiel und Sport begeistert. Nicht das Messen von Leistung, sondern das kindgemäße Heranführen an sportliche Bewegungsabläufe sowie Freude, Lust und das Erleben von persönlichen Erfolgen stehen im Vordergrund.“ (Quelle: www.sportjugend-nrw.de)

Der **Volleyball-Sommer-Cup** ist für alle offen. Es kann eine Mixed-Mannschaft an Friedhelm Leuf gemeldet werden.

Bei der **1. Hinsbecker Jux-Biathlon-Staffel-Meisterschaft** treten die unterschiedlichsten Teams gegeneinander an. Ein Team besteht aus drei Personen. Jedes Teammitglied hat eine Rundstrecke von ca. 250 m zu laufen sowie eine Wurfübung zu erbringen. Sollten bei der Wurfübung nicht alle Versuche erfolgreich sein, so ist eine kleine Strafrunde zu absolvieren, bevor der Wechsel auf das nächste Teammitglied erfolgt.

Es wird Wertungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsenen geben. Es können sich beliebige Teams bilden, wie z.B. drei Klassenkameraden, drei Freundinnen, drei Arbeitskollegen, usw.. Es darf jedoch jeder nur zu einem Team gehören.

Ausgenommen ist die zusätzliche Teilnahme bei der Familienwertung. Bei einer Familienwertung treten die Familien gegeneinander an. Im Team einer Familie muss mindestens ein erwachsener Familienangehöriger sein.

Eine genaue Einteilung der einzelnen Wertungsklassen bei den Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen sowie Familien erfolgt kurzfristig. Dies machen wir abhängig von den gemeldeten Teams.

Voranmeldungen für die **1. Hinsbecker Jux-Biathlon-Staffel-Meisterschaft** sind aus organisatorischen Gründen von Vorteil, aber auch Kurzentschlossene können am Tag noch antreten. Anmeldungen nehmen alle Übungsleiter entgegen oder können per E-Mail an meldungen@vfl-hinsbeck.de erfolgen. Anzugeben sind der Teamname und die Namen der Teammitglieder sowie das Geburtsjahr.

Nicht vergessen: der Spaß steht im Vordergrund!

Eine Vereinsmitgliedschaft ist für alle Angebote nicht notwendig.