

# De Flingscht Innerrhoder 2023

## UBS Kids Cup 2023

Liebe Kinder      «macht mit!»  
Liebe Eltern      «meldet eure Kinder an!»

Der Turnverein Appenzell führt auch dieses Jahr wieder den allseits beliebten **Flingscht Innerrhoder** sowie den **UBS Kids Cup** durch.

Der 60m-Lauf vom UBS Kids Cup zählt wiederum als Vorlauf für den Flingscht Innerrhoder.

Die Final-Läufe „de Flingscht Innerrhoder“ finden am Mittag statt.

**Datum: Samstag, 6. Mai 2023 (Vormittag)**

**Wo: Sportanlage Wühre, Appenzell**

**Laufen**“, „**Springen**“, „**Werfen**“. Diese drei Bewegungsformen kennst du ganz bestimmt schon – allein schon von den Spielen mit deinen Freunden auf dem Pausenplatz! Fast in jeder Sportart sind sie gefragt, in der Leichtathletik werden sie speziell geübt und perfektioniert.

**Ganz nach dem Motto: „Schneller“, „Höher“, „Weiter“.**

### UBS KIDS CUP (DREIKAMPF)

Disziplinen:

- 60m
- Weitsprung (3 Versuche / Zonenabsprung)
- Ballwurf (3 Versuche / 200 Gramm)



**Jahrgänge: 2008 – 2016 und jünger**

(für alle die gleichen Disziplinen)

**Auszeichnungen:** Die ersten drei pro Kategorie erhalten eine Medaille. Bei gleicher Punktzahl entscheidet die höchste Einzelwertung.

### DE FLINGSCHT INNERRHODER

**Distanz: 60m**

**Jahrgänge: 2008 – 2016**

**Final:** Die besten 6 Läuferinnen und Läufer pro Kategorie bestreiten den Final. Die Namen der Finalteilnehmer werden unmittelbar nach dem Durchgang des gesamten Jahrganges angeschlagen und durch den Speaker ausgerufen. Die Startzeiten für die Finalläufe sind dem Wettkampfzeitplan zu entnehmen.

Bei Zeitgleichheit im Final wird zur Rangierung die bessere Vorlaufzeit herangezogen.

**Auszeichnungen:** Die ersten drei pro Kategorie erhalten eine Medaille.

**→ Anmeldung bis Sonntag, 23. April 2023 auf:**  
**[www.deflingscht.ch](http://www.deflingscht.ch)**

# Allgemeine Informationen

## 1. Datum und Ort

Die Wettkämpfe finden am **Samstag, 6. Mai 2023**, bei jeder Witterung auf der **Sportanlage Wühre** in Appenzell statt → kein Verschiebedatum!

## 2. Anmeldung

Die Anmeldung hat bis spätestens **Sonntag, 23. April 2023** unter [www.deflingscht.ch](http://www.deflingscht.ch) zu erfolgen.

## Gilt für ALLE Schülerinnen und Schüler vom Kanton Appenzell Innerrhoden!

WICHTIG: Es können **keine** Nachmeldungen entgegen genommen werden.

## 3. Wettkampfbeginn

ab 8.00 Uhr → der Zeitplan wird nachgeliefert oder ist unter [www.larappenzell.ch](http://www.larappenzell.ch) abrufbar.

## 4. Startgeld

Die Teilnahme an diesen Wettkämpfen ist kostenlos.

## 5. Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

## 6. Verpflegung

Für die Verpflegung hat jeder Teilnehmer selbst zu sorgen. Es steht eine Festwirtschaft zur Verfügung.

## 7. Rekurse

Entscheidungen der Organisatoren sind endgültig und können nicht angefochten werden.

## 8. Rangliste

Die Rangliste kann im Internet unter [www.larappenzell.ch](http://www.larappenzell.ch) heruntergeladen werden.