



3. HESSISCHER TALENT-MEHRSPRUNGCUP 2025

DATUM:	22. NOVEMBER 2025
ORT:	Frankfurt-Kalbach
AUSTRAGUNGSSTÄTTE:	Leichtathletik-Halle Kalbach
NAVIGATION:	Am Martinszehnten 2, 60437 Frankfurt am Main
VERANSTALTER:	Hessischer Leichtathletik-Verband
MELDUNGEN:	per Mail an peter.rouhi@hlv.de
MELDESCHLUSS:	20.11.2025, 12:00 Uhr

Für die Meldungen wird keine Organisationsgebühr erhoben.

Teilnahmeberechtigung:

Athleten und Athletinnen der Klassen U16 (**Jg.10, Jg.11**), U14 (**Jg.12**).

Disziplinen:

- Fünfer Mehrfachsprung aus beliebigem Anlauf (**4 Versuche**)
- 30m fliegend aus beliebigem Anlauf (**2 Versuche; geht nicht in die Wertung ein**)

Einzelwertung:

Sieger ist, wer aus beliebigem Anlauf mit 5 Sprüngen (letzter Sprung in die Grube) die größte Weite erzielt (siehe Disziplinbeschreibung). Die Wertung erfolgt getrennt nach Altersklassen

Beginn der Wettkämpfe: Samstag 22.11.2025, 15:30 Uhr





Zeitplan

Samstag 22.11.2025

	weiblich			männlich		
Zeit	Jg.10	Jg.11	Jg.12	Jg.10	Jg.11	Jg.12
14:00	Workshop Trainer: Ressource Sprung im Nachwuchstraining					
15:00	Begrüßung durch HLV Cheftrainer Horizontalsprung Peter Rouhi					
15:30	30m fliegend					
15:50				30m fliegend		
16:15	5er Sprung					
17:15				5er Sprung		
18:15	Siegerehrung					
18:30	Ende der Veranstaltung					

Zeitplanänderungen sind nach Meldeschluss möglich und werden unter www.hlv.de veröffentlicht.

3. Hessischer Talent-Mehrsprungcup 2025

Seit 2012 findet der Deutsche Talent-Mehrsprungcup in Hannover statt. Dazu gibt es eine eigene Homepage mit vielen Informationen und allen Ergebnissen (<https://www.deutscher-mehrsprung-cup.de/>). Die Liste der aus dieser Veranstaltung hervorgegangenen Bundeskaderathleten aus unterschiedlichen Disziplinen ist lang. Hier nur ein paar Beispiele:



Jahr	Name	Geschlecht	Bundeskaderstatus im	Info
2013	Stefan Volzer	m	Kurzhürde	
2014	Nick Schmahl	m	Weitsprung	
2014	Robin Ganter	m	Sprint	Staffel 4x100
2015	Florian Hornig	m	Hochsprung	
2015	Lea Sophie Klick	w	Weitsprung	
2015	Marcel Meyer	m	Mehrkampf	
2016	Lara Siemer	w	Mehrkampf	
2016	Ruth Hildebrandt	w	Dreisprung	PK, 6. U23 EM 25
2018	Anna Gräfin Keyserlinkg	w	Dreisprung	
2018	Holly Okuku	w	Sprint	1. U20 EM 22, 4x100; 2. U18 EM 22, 200m
2018	Steven Freund	m	Dreisprung	8. U20 EM 23
2019	Masha-Sol Gelitz	w	Dreisprung	5. U20 WM 24

Horizontalsprünge bilden einen wichtigen Bestandteil einer guten leichtathletischen Grundlagenausbildung und damit ein sinnvolles Trainingsmittel im Basistraining für den Sprung- aber auch den Sprint- und Wurfbereich.

Um die Veranstaltung für die Heimtrainer:innen noch wertvoller zu machen, bieten wir um 14:00 einen kleinen Workshop zum Thema „Ressource Sprung im Nachwuchstraining“ an.

Disziplinbeschreibung:

https://www.hlv.de/fileadmin/HLV/Dokumente_und_Formulare/03_Wettkampfsport/03_Info_Dokumente/Erlaeuterung_zum_Mehrfachsprung.pdf