

Landeskoordinator Cross Skating – Sven von Levern • Hafenstraße 12 • 25709 Marne

An alle
Gymnasien und Gemeinschaftsschulen
in Schleswig-Holstein

nachrichtlich:
MBWFK – III 338
Kreisschulsportbeauftragte



Auskunft erteilt:

Sven von Levern
Landeskoordinator Cross Skating

Durchwahl: 0176 10549667

E-Mail-Adresse:
KSBDithmarschen@gmx.de

22. Mai 2025

Ausschreibung für den „Cross Skating-Tag 2025“ (Schnuppertag und Wettbewerb für Qualifikation „Jugend trainiert“ - Skilanglauf)

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

wie bereits in den Vorjahren wird auch bald nach Beginn des Schuljahres 2025/2026 ein „Cross Skating-Tag“ durchgeführt. Dieser soll den Schulen aus Schleswig-Holstein ein weiteres Mal die Möglichkeit bieten, das neue Format kennenzulernen und auszuprobieren. Schulen können dabei Schülerinnen- und Schülergruppen anmelden oder auch einzelne Lehrkräfte, die sich zunächst noch ohne Schülerinnen und Schüler informieren möchten.

Für die Teilnahme sind weder Vorerfahrungen noch eine gezielte sportartspezifische Vorbereitung in der Sportart Cross Skating notwendig. Skates und Stöcke werden den Teilnehmenden vor Ort für ein Zeitfenster zum Üben und auch zum Wettkampf zur Verfügung gestellt.

Die Veranstaltung wird als jährlicher landesweiter Schulsportwettbewerb im Cross Skating ausgeschrieben und durchgeführt. Gleichzeitig dient sie für alle interessierten Schulen als Landes-Qualifikationswettbewerb für „Jugend trainiert“ – Skilanglauf. Der Modus des Wettbewerbs wird umgehend nach Meldeschluss bekannt gegeben, da dieser abhängig von der Teilnehmerzahl ist. Es werden wieder einige der 11 Technikelemente als Teil der Wettkampfstrecke abgeprüft werden.

Es wird der Beginn der Vorbereitung bereits vor den Sommerferien empfohlen, da die Schulzeit erst am 08.09.25 beginnt.

Cross Skating Tag 2025:

Termin: Donnerstag, 25.09.2025, 9.00 – 13.00 Uhr

Ort: Verkehrsübungsanlage des ADAC in Boksee
Dorfstraße 1, 24220 Boksee (direkt an der B404, 10 km südlich von Kiel)

Ausrichter: MBWFK, Landeskoordinator Cross Skating

Teilnahmeberechtigt: alle Schülerinnen und Schüler der Sek. I

Teilnehmerzahl pro Schule: 10 Schülerinnen/Schüler (beim Schnuppertag)

Diese Zahl kann nach Absprache erhöht werden, wenn nach Meldeschluss noch Plätze frei sind.

Meldungen: mit dem beigefügten Meldeformular per Mail an KSBDithmarschen@gmx.de

Meldeschluss: Freitag, 19.09.2025

Bitte beachten Sie die neuen Hinweise zur Fahrtkostenerstattung. (s. Anhang)

Weitere Informationen zum „Cross Skating-Tag 2025“

Ausblick: „Schnuppern“

- Alle angemeldeten Schulen erhalten nach Meldeschluss eine **Teilnahmebestätigung** sowie **nähere Informationen**, z. B. über Anreise- und Parkmöglichkeiten, etc.
- **Teilnahmeberechtigt** sind **alle Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I**.
- Jede Schule kann **max. 10 Schülerinnen und Schüler** anmelden. Sollten nach Meldeschluss noch Kapazitäten verfügbar sein, kann diese Zahl nach Absprache mit dem Ausrichter noch erhöht werden.
- Sollten sich mehr Schulen anmelden als Kapazitäten vorhanden sind, wird die **Reihenfolge der Anmeldungen** berücksichtigt.
- **Cross Skates (Skikes) und Stöcke werden gestellt.** Es sind für die Benutzung **keine speziellen Schuhe** notwendig, jedoch werden Schuhe empfohlen, die gut am Fuß anliegen und dem Sprunggelenk Stabilität geben sowie über eine feste und flache Sohle verfügen. Geeignet sind z. B. Wander- oder Trekkingschuhe, aber auch Sportschuhe – aufgrund der zumeist breiten Sohle **KEINE** Joggingschuhe! Die Skikes werden mit stabilen Klettverschlüssen an den Füßen befestigt.
- Es müssen eigene **Schutzausrüstungen** mitgebracht werden: **Helm, Protektoren** (wie z. B. vom Inlineskating bekannt: **Handgelenk, Ellenbogen, Knie**). Wenn noch nicht mit Stöcken gefahren wird, sind die Handgelenksprotektoren zu benutzen.
- Hinweis zur **Kleidung**: Die Wade sollte durch Stoff bedeckt sein (lange Socken oder lange Hose), um Scheuerstellen durch den Skate (Skike) zu vermeiden.
- Beim „Cross Skating-Tag 2025“ können die Cross Skates (ohne und mit Stöcken) ausprobiert sowie die einzelnen Aufgaben (Stationen) des Technik-Parcours des künftigen Wettbewerbes durchfahren werden. Der **Technik-Parcours** beinhaltet eine Auswahl von **6 Aufgaben**, die auf **geteertem Untergrund** (im künftigen Wettkampf im Zuge einer zusammenhängenden Cross-Skating-Runde) bewältigt werden müssen:
 1. **Slalom** (10 Stangen/Hütchen im Abstand von 3,50 m)
 2. **Schlupftore** (ehem. „Tore“ - Fahren durch 4 Schlupftore im Abstand von 7 m, ca. 1,30 m hoch)
 3. **Übersetzen** (Skates im Fahren je 2x links/rechts über eine Linie übersetzen – Anheben)
 4. **Stöcke ablegen** (eine Runde ohne Stöcke nur mit Beinarbeit fahren)
 5. **8er-Lauf** (eine „8“ um Hütchen fahren, 2 Kreise mit einem Durchmesser von ca. 10 m)
 6. **Doppelstock-Einsatz** (Fahren einer 25m-Strecke nur mit Doppelstock-Technik)
- Im zweiten Teil kann der **Parcours auf Zeit** durchfahren werden (wie im Wettbewerb).

Ausblick „Wettbewerb“

...wie oben mit folgenden Unterscheidungen:

- Es wird in **zwei** unterschiedlichen **Altersklassen** entsprechend „Jugend trainiert“ gestartet:
 - **U16:** Jg. 2011-2014 **U14:** Jg. 2013-2016
- Der Wettbewerb wird als **Mannschaftswettbewerb** durchgeführt.
Eine Schule kann mehrere Mannschaften (ergo dann auch mehr als 10 SuS) pro Altersklasse melden.
- Bei den **U16** wird getrennt in **Mädchen- und Jungenmannschaften** gestartet.
Eine Mannschaft besteht dabei beim LF aus **fünf Schülerinnen bzw. Schülern** (beim BF sind es sieben, wir laufen jedoch beim LF nur eine Staffel, es erfolgt keine Messung von Einzelzeiten)
- Bei den **U14** wird in **gemischten Teams** gestartet, eine Mannschaft besteht aus **drei Schülerinnen und drei Schülern**.

Mit sportlichen Grüßen

Sven von Levern

Anlage: Meldeformular, Antrag und Hinweise zur Fahrtkostenerstattung