



## SIEGEREHRUNG

Das Team mit den meisten Punkten erhält den Wanderpokal und den Preis von Daja Chocolate. Danach findet ein gemeinsames Abschlussessen statt. Neben einer Teilnehmerurkunde für alle Teams stellt das Autocentrum Lass den Gewinnern für ein Wochenende ein Fahrzeug zur Verfügung.

Anmelden können Sie sich bei unserer Geschäftsstelle:

LK Weiche, Jan Dreier  
Wiesenbogen 5 | 24999 Wees  
04631-547590  
vorstand@lk-weiche.de



Meldeschluss ist der 23. August 2024

## ANMELDUNG

Firmenname: \_\_\_\_\_

Mannschaftsname: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner/In: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Wir nehmen mit \_\_\_\_\_ Mannschaft(en) am  
8. Firmenzehnkampf teil.

Die Teilnehmergebühr von 150,- € pro Mannschaft überweisen Sie bitte bis zum  
23. August auf das Konto:

IBAN: DE87 2175 0000 0019 0005 67

Mehr Infos unter:  
[www.firmenzehnkampf.de](http://www.firmenzehnkampf.de)



## Die Team-Challenge für Unternehmen 2024 8. FIRMENZEHNKAMPF

31.08.2024 | 14:00 Uhr  
Stadion Flensburg

Ein Zehnkamperlebnis  
für Jedermann!

Innovationsprojekt gefördert durch:



## LIEBE SPORTLERINNEN UND SPORTLER,

sicherlich haben Sie auch schon einmal bei einer Großveranstaltung fasziniert den Kampf von den „Königen der Leichtathletik“ verfolgt.

Warum versuchen Sie es nicht einmal selbst? Nein – nicht gleich in allen Disziplinen, sondern als Mannschaft mit Ihren Kollegen/innen. Sie müssen kein Profi sein. Der Spaß und das Teambuilding steht im Vordergrund!

Folgende Disziplinen müssen absolviert werden:

- » 100 m Sprint
- » Weitsprung
- » Kugelstoßen
- » Hochsprung
- » 400 m Lauf
- » 110 m Hürden
- » Diskuswerfen
- » Stabhochsprung
- » Speerwerfen
- » 1500 m Lauf



## REGELN

Ihr Team teilt die 10 Disziplinen untereinander auf. Die Mindestgröße eines Teams beträgt zwei Sportler, es können aber auch bis zu 10 Teilnehmer sein – egal ob männlich oder weiblich. Es gibt verschiedene Punktetabellen, so dass der Wettbewerb vergleichbar ist.

Der Wettkampf findet in maximal vier Stunden statt und wird so zu einer kompakten, unterhaltenden Veranstaltung.

Alle Disziplinen werden durch Spezialisten betreut. Beim Stabhochsprung gibt es Hilfestellung – Anfangshöhe 1,00 m. Die Hürden sind maximal niedrig eingestellt und Wurfgewichte sind dem Alter angepasst.



## TRAINING

Das Training findet ab sofort donnerstags um 19:00 Uhr auf der Sportanlage der KTS (ab voraussichtlich Juni im Stadion Flensburg) statt.

Eine super Gelegenheit in die verschiedenen Disziplinen unter Anleitung von erfahrenen Trainern und Athleten reinzuschnuppern.

Interessierte melden sich bitte vorher an, so dass wir genügend Trainer vor Ort haben.

