

# Ausschreibung

## Vergleichskampf Spremberg 2006

Die SG Einheit Spremberg lädt Euch zu unserem traditionellen Vergleichskampf nach Spremberg ein.

### Ort

Spremberg  
Turnhalle Karl-Marx-Straße 9

### Datum

10.3.2006

### Ablauf

- 9.00 Uhr Einturnen
- 10.00 Uhr Wettkampfbeginn
- gegen 12.30 Uhr Siegerehrung

### Programm

Einzelwettkampf entsprechend der P und KM Stufen aus dem Wettkampfprogramm des DTB für 2007

<i>weiblich</i>		
P2	1. Klasse	Athletik und Gerätebahn P2 mit Reck, Boden, Sprung
P3	2. Klasse	Athletik und Gerätebahn P3 mit Reck, Boden, Kasten 1,10m
P4	3. Klasse / 1997	Bock 1,10m, Reck, Balken, Boden
KM3	1995 / 1996	Sprungtisch 1,10m, Stufenreck, Balken, Boden
KM3+	1993 / 1994	Sprungtisch 1,20m, Stufenreck, Balken, Boden
Jugend KM3	1991 / 1992	Sprungtisch 1,20m, Stufenreck, Balken, Boden
<i>männlich</i>		
P2	1. Klasse	Siehe weiblich P2
P3	1. Klasse	Siehe weiblich P3
P4	3. Klasse / 1997	Bock 1,10m, Reck, Barren, Boden
KM3	ab 1996	Sprungtisch 1,20m oder 1,10m, Reck, Barren, Boden, Ringe, Pferd

### Kampfrichter

pro Verein sind bitte 2 Kampfrichter zu melden

### Startgeld

1,50 € je Starter

## **Meldetermin**

3.3.2006

## **Meldedaten**

Name, Geburtsdatum, Wettkampfklasse der Starter

Name, Wunschgerät der Kampfrichter

## **Meldung an**

Thomas Gröger  
Trattendorfer Straße 26  
03130 Spremberg  
Tel 03563 345786  
Fax 03563 345785  
EMail [info@turnen-spremberg.de](mailto:info@turnen-spremberg.de)

## **Hinweis**

Bitte beachtet, wir turnen zum ersten Mal nach der neuen Ausschreibung. Richtlinien, die noch in der Abstimmung sind, sind so gut als möglich eingearbeitet (Vorschlag des MTB für Landesmeisterschaften).

Denkt daran, den Kindern soll das Turnen Spaß machen!

Die Altersklasseneinteilung ist für die jüngeren Jahrgänge nach Schulklassen und ab Jahrgang 1997 nach Geburtsjahren. Dies ist dem geschuldet, dass die Kinder die zusammen in einer Klasse lernen auch in einer Trainingsgruppe das gleiche üben können. Da ältere TurnerInnen auch zu Bezirks- oder Landesmeisterschaften fahren wollen, haben wir sie in Jahrgänge eingeteilt.

In der ersten und zweiten Klasse starten Mädchen und Jungen gemeinsam. Neben der Gerätebahn sind hier einige athletische Übungen gefordert. (Beruht auf einem Vorschlag von Andre Geppert Brandenburg.)

Das offizielle Handbuch ist unter [www.dtb-geraeturnen.de](http://www.dtb-geraeturnen.de) zu finden.

# 1. Klasse und jünger (männlich & weiblich)

## Athletik

<i>Inhalt</i>	<i>Einheit</i>	<i>1 Pkt.</i>	<i>2Pkt.</i>	<i>3 Pkt.</i>	<i>4 Pkt.</i>	<i>5 Pkt.</i>
<i>14 m Lauf</i>	<i>in Sekunden</i>	5	4,6	4,2	3,8	3,4
<i>Rumpfaufrichten Rückenlage Beine angestellt (ohne Hilfe)</i>	<i>Anzahl</i>	1	2	4	6	8
<i>Klettern (Stange)</i>	<i>In Metern und Sekunden</i>	2m	3m	4m	25s	20s
<i>Querspagat (rechts u. links)</i>	<i>In Zentimeter</i>	20	15	10	5	0
<i>Stützen im Hockstütz (Klötzer)</i>	<i>Sekunden</i>	5	8	11	15	20
<i>Rumpfvorbeugen ( aus 90° Grätschsitz, Arme in Hochhalte )</i>	<i>Zentimeter gemessen von der Brust</i>	20	15	10	5	0

## Gerätebahn A mit Inhalten der Pflicht P2

Reck: etwas niedriger als schulterhoch

Boden: Bodenbahn 10 m aus 5 Matten 1 x 2 m oder Bodenläufer 12 m

Sprung: Reutherbrett, Matte für die Landung (Höhe 20 - 40 cm)

Es sollte ein aufmerksamer und konzentrierter Wechsel zwischen den Geräten erfolgen. Die Gerätabstände sollten möglichst gering gehalten werden.

### 1. Reck P2:

Aus dem Stand vorlings mit Ristgriff: Sprung in den Stütz

Hüft-Abzug (langsam) durch den Kipphang vorlings über den flüchtigen Beugehang ( Beine gebeugt ) zum Stand vorlings.

Senken in den flüchtigen Hockhangstand, Durchhocken und Drehen rückwärts in den Stand, Abspringen,

Senken der Füße zum flüchtigen Hockhangstand rücklings mit sofortigem Absprung zum Drehen vorwärts in den Hockstand.

Klimmzug in den Beugehang ( Beine gebeugt ).

Senken der Füße senkrecht unter der Reckstange, Schritt rückwärts zum Aufrichten in den Stand vorlings.

### 2. Boden P2:

Aus dem Stand: Schritt vorwärts und Aufsetzen der Hände zum Schwingen zum Handstütz mit Scheren der Beine

-Querspreizen-, Senken des Schwungbeines zum Ausfallschritt. Heransetzen des vorderen Beines zum Schlusstand

### 3. Sprung P2:

Zwei bis drei Schritte Anlauf:

Aufsprung auf das Sprungbrett und schnellkräftiger Absprung zum Strecksprung mit Landung im Stand auf einer Matte.

## 2. Klasse (männlich & weiblich)

### Athletik

<i>Inhalt</i>	<i>Einheit</i>	<i>1 Pkt.</i>	<i>2Pkt.</i>	<i>3 Pkt.</i>	<i>4 Pkt.</i>	<i>5 Pkt.</i>
<b>14 m Lauf</b>	<b>in Sekunden</b>	4,5	4,1	3,7	3,3	2,9
<b>Rumpfaufrichten Rückenlage Beine angestellt (ohne Hilfe)</b>	<b>Anzahl</b>	2	4	6	8	10
<b>Klettern (Stange)</b>	<b>In Metern und Sekunden</b>	3m	4m	25s	20s	15s
<b>Querspagat (rechts u. links)</b>	<b>In Zentimeter</b>	15	10	6	3	0
<b>Stützen im Hockstütz (Klötzer)</b>	<b>Sekunden</b>	8	11	15	20	25
<b>Rumpfvorbeugen ( aus 90° Grätschitz, Arme in Hochhalte )</b>	<b>Zentimeter Gemessen von der Brust</b>	15	10	6	3	0

### Gerätebahn A mit den Inhalten Pflicht P3

Reck: schulterhoch

Boden: Bodenturnbahn 10 m aus 5 Matten 1 x 2 m oder Bodenläufer 12m

Sprung: Kasten längs (Höhe 110 cm), Reutherbrett

Es sollte ein aufmerksamer und konzentrierter Wechsel zwischen den Geräten erfolgen, die Gerätabstände sollten möglichst gering gehalten werden.

Ausschreibung

#### 1. Reck P3:

Aus Stand vorlings mit Ristgriff:

Hüft-Aufschwung aus der Schrittstellung oder Aufzug in den Stütz,

Hüftumschwung

hoher Rückschwung – mindestens 45° ARW

Niedersprung

#### 2. Boden P3:

Rad in die Bewegungsrichtung

#### 3. Sprung P3:

Zwei bis drei Schritte Anlauf:

Absprung zum Stütz mit Aufhocken auf den Kasten, Aufrichten in den Stand, Schritt vorwärts mit beidbeinigem Absprung und Strecksprung vom Kasten in den Stand.

## **weiblich 3. Klasse / Jahrgang 1997**

Entsprechend P4 Alter nach vorläufiger Richtlinie Märkischer Turnerbund

### **Sprung**

Bock 1,10m: Sprunggrätsche

### **Reck**

1. Anschweben, Zurückpendeln in den Stand
2. Aus dem Stand vorlings mit Ristgriff, Hüftaufschwung oder Hüftaufzug
3. Vorschwing, hoher Rückschwung in den freien Stütz - mind. 45° ARW
4. Hüftumschwung rückwärts
5. Felgunterschwung

### **Balken**

1. Aus dem Seitstand vorlings am Balkenanfang
2. Hockwende in den Hockstand auf den Balken,
3. Aufrichten in den Stand
4. Ein bis zwei Schritte vorwärts in die enge Schrittschlussstellung, Senken in den Hockstand,  $\frac{1}{2}$  LAD im Hockstand, Aufrichten mit  $\frac{1}{2}$  LAD im Ballenstand
5. Spreizsprung - Spreizwinkel mind. 90° -, Schritt mit  $\frac{1}{4}$  LAD
6. Zwei bis drei Schritte seitwärts im Ballenstand in Richtung Übungsbeginn,
7. Schritt mit  $\frac{1}{4}$  LAD in Bewegungsrichtung
8. Ein bis zwei Schritte vorwärts und Absprung zum Laufsprung
9. Anlauf, Radwende zum Querstand vorlings auf der Matte

### **Boden**

Es kann eine zusätzliche  $\frac{1}{2}$  LAD eingebaut werden, damit der Platz reicht

1. Aus dem Stand Schritt vorwärts zum Schwingen in den Handstand, Abrollen in den Hockstand,
2. Strecksprung mit  $\frac{1}{2}$  LAD,
3. Rolle rückwärts über den hohen Hockstütz in den Hockstand
4. Strecksprung mit  $\frac{1}{2}$  LAD
5. Zwei bis drei Schritte vorwärts zum Rad links, Aufrichtung und  $\frac{1}{2}$  LAD links in die Bewegungsrichtung
6. Schritt vorwärts und Rad rechts seitwärts, Aufrichten mit  $\frac{1}{2}$  LAD rechts in die Bewegungsrichtung,
7. Zwei bis drei Schritte mit Schließen der Beine zum Schlusstand

## **Jahrgang 1995 / 1996**

Kür modifiziert Stufe III (KM3)

Bewertung ab 8,0, pro Anforderung 0,5 Bonus (max 2,0 Bonus)

1. 5 Turnerische Elemente plus Abgang
2. Bonus für Abgang:  
Nationales Element: 0,5  
Turnerisches Element: 0,3

### ***Sprung***

laut Sprungtabelle + 6,0 Punkte

Überschag ab 9,9

Hocke ab 7,9

Grätsche ab 7,9

### ***Stufenreck***

1. holmnahes Element vorwärts
2. Rückschwung 45°
3. LAD 180° (auch im An- oder Abgang)
4. holmnahes Element rückwärts

### ***Balken***

1. gymnastischer Sprung
2. Drehung auf einem Bein (mindestens 180°, auch beidbeinig)
3. akrobatisches Element (auf dem Gerät)
4. Gleichgewichtselement

### ***Boden***

1. gymnastischer Sprung
2. Drehung auf einem Bein (mindestens 180°)
3. akrobatisches Element ohne Flugphase
4. 1 gymnastische Serie mit mindestens 2 verschiedenen Turnerischen Elementen

## **weiblich Jahrgang 1993 / 1994**

Kür modifiziert Stufe III (KM3+)

entsprechend Jahrgang 1995/1996

## **weiblich Jahrgang 1991 / 1992**

Kür modifiziert Stufe III (Jugend KM3)

entsprechend Jahrgang 1995/1996

## **männlich 3.Klasse / Jahrgang 1997**

Entsprechend P4 Alter nach vorläufiger Richtlinie Märkischer Turnerbund

### **Sprung**

Bock 1,10m: Sprunggrätsche

### **Reck**

1. Anschweben, Zurückpendeln in den Stand
2. Aus dem Stand vorlings mit Ristgriff,
3. Hüftaufschwung oder Hüftaufzug
4. Vorschung, hoher Rückschwung in den freien Stütz - mind. 45° ARW
5. Hüftumschwung rückwärts
6. Felgunterschwung

### **Barren**

1. Aus dem Innenquerstand auf einem Hocker
2. Absprung zum Vorschung, Rückschwung mit Grätschen und Schließen der Beine,
3. Vorschung und Kehre in den Außenquerstand seitlings.

### **Boden**

Es kann eine zusätzliche ½ LAD eingebaut werden, damit der Platz reicht

1. Aus dem Stand Schritt vorwärts zum Schwingen in den Handstand, Abrollen in den Hockstand,
2. Strecksprung mit ½ LAD,
3. Rolle rückwärts über den hohen Hockstütz in den Hockstand
4. Strecksprung mit ½ LAD
5. Zwei bis drei Schritte vorwärts zum Rad links, Aufrichtung und ½ LAD links in die Bewegungsrichtung
6. Schritt vorwärts und Rad rechts seitwärts, Aufrichten mit ½ LAD rechts in die Bewegungsrichtung,
7. Zwei bis drei Schritte mit Schließen der Beine zum Schlusstand

## **männlich Jahrgang 1996 und älter**

Kür modifiziert Stufe III (KM3)

Bewertung ab 8,0, pro Anforderung 0,5 Bonus (max 1,5 Bonus)

1. 5 Turnerische Elemente plus Abgang
2. Bonus für Abgang:  
Nationales Element: 0,5  
Turnerisches Element: 0,3

### **Boden**

1. Element vorwärts
2. Element rückwärts
3. Kraft / Halteteil

### **Pferd**

1. Beturnen von mindestens 2 Pferdteilen
2. Spreizbewegungen
3. Kreisflanke

### **Ringe**

1. Kraftelement
2. Schwungelement

### **Sprung**

entsprechend Sprungtabelle + 7,00 Punkte

Überschlag ab 10,00

Bücke ab 9,0

Hocke ab 8,5

Grätsche ab 8,0

### **Barren**

1. Kippbewegung
2. Schwungelement durch den Oberarmstand
3. Kraft / Halteteil

### **Reck**

1. Kippbewegung
2. Felgbewegung vorwärts
3. Bewegung rückwärts