



23. Mecklenburger Paarturnen

25. April 2009



23. Mecklenburger Paarturnen

Vom 24.04. bis 26.04. findet das diesjährige 23. Mecklenburger Paarturnen statt. Wie jedes Jahr erwarten wir wieder tausende von Paaren (vielleicht auch etwas weniger).

Teilnahme:

Wir benötigen die Anmeldung Paarweise, wobei Männer und Frauen im gleichen Verhältnis stehen sollten. Am besten wäre es sogar, wenn ihr noch für einen Ersatzmann/-frau sorgen könntet, jedoch wollen wir „Dreier“ nur im Notfall zusammenstellen.

Anmeldung: Anmelden könnt ihr euch unter folgender Email:

Mario Zschornack (zuständig für alles)

mario.zschornack@gmx.de
(Notfalls Handy: 01721384590)

Gebühren: Pro Teilnehmer/-in: 5,- €

Übernachtung: 17,- pro Person und Nacht

...sind zu Überweisen auf das Konto:

Ulrich Sitter
Kto.Nr. 112 192 92
BLZ 120 300 00
Deutsche Kreditbank AG

Verwendungszweck: MPT 2009/ Name

Was geht denn so in Rostock...?

Freitag - Nachdem Ihr durch die unglaublich schönen Landschaften von Mecklenburg Vorpommern gefahren seit und unser kleines Städtchen Rostock (Warnemünde) erreicht habt, müsst ihr erst mal zum Seglerheim:

Yachthafen Mittelmole
18119 Warnemünde

- 22:00 erfolgt die Auslosung der Paare
- Die Bodenmusiken werden vorgestellt
- und dann lassen wir den Tag in gemütlicher Runde ausklingen
- jeder findet in (s)ein Bett und der Veranstalter übernimmt keine Haftung

- Samstag**
- Zum Frühstück gibt's „KORN“ (Kaffee, offenfrische Brötchen, Rauchschinken, Nutella); entweder beim Bäcker oder was ihr selber so leckeres mitgebracht habt
- Ab 9:00
- solltet ihr euch so langsam in der Halle einfinden:
**Turnhalle des PSV
Schillingallee (neue Kunstturnhalle)**
Gegenüber von der Eishalle
...denn dann beginnt das Einturnen bis 9:30 Uhr
- 9:30 – 11:30
- Bevor ihr euch näher kommt, muss erst mal jeder zeigen was er ohne Partner an den Geräten kann.
- 11:30 – 12:30
- Jetzt geht's los, schnappt euch euren Partner, findet eine ruhiges Fleckchen in der Halle und formt eure Übung zu „romantischer“ Musik
 - Musik 1: Bodenfläche
 - Musik 2: Gymnastikraum
Wechsel nach einer halben Stunde
- 12:30
- Vorführung der fantastischen, großartigen, abwechslungsreichen, virtuosen und mitreißend Partnerübungen
- 13:00
- Siegerehrung
- Ca. 13:01
- Duschen
- ... jetzt beginnt die individuelle, optimale Vorbereitung auf die Abendveranstaltung.
- Jeder macht seins! (Anbaden, Stadtrundgang, Pennen, ...)**
- Gegen 18:30
- Gemeinsames Grillen am Seglerheim in Warnemünde
 - Danach wird das Beisammensein nach drinnen verschoben, um das Tanzbein zu schwingen und den Wettkampf Revue passieren zu lassen und kräftig zu begießen
- Sonntag**
- Noch ein leckeres Frühstück genießen, vielleicht sogar beim Sonnenaufgang am Strand (je nachdem, wann man ins Bettgekommen ist) und dann heißt es leider auch schon Abschied nehmen oder noch eine Weile Rostock erkunden, wie es euch beliebt

Anforderungen...

... des 23. Mecklenburger Paarturnens

„Arteigenes“ Gerät:

- Bewertung nach Erwachsenenklasse (B8)

Balken:

1. Vier A-Teile aus drei verschiedenen Strukturgruppen
2. Ein Balkennahe Element
3. Eine gymnastische Serie aus zwei oder mehr Elementen
4. Eine gemischte Serie aus zwei Elementen, Gym./Akro.
5. Eine 1/1 Drehung

Reck:

1. Ein A-Teil
2. Ein Element im Stütz, sowie ein Element im Langhang
3. Ein Richtungswechsel
4. Mindestens sechs Elemente

Sprung:

1. Zwei schöne Sprünge
2. Nicht oder Hocke oder Grätsche ☺

„Artfremdes“ Gerät:

Damen:

- Parallelbarren (an unserem unglaublich neumodischen und sehr stabilen Barren kann man nur eine atemberaubende Höhe von 1,40m einstellen. Wer etwas besseres braucht, muss sich sein eigenes Gerät mitbringen ☺)

Herren:

- Stufenbarren
- Balken

Bewertung:

- Grundwert: 8,70 Punkte
- Zeit: zwischen 60sec und 10min ☺

Bonuspunkte

- 0,4 Punkte – Turnerische Schwierigkeiten
- 0,3 Punkte – Originalität
- 0,3 Punkte – Virtuosität
- 0,3 Punkte – humorvolle Einlage

Viel Spaß beim Üben ☺!!!!