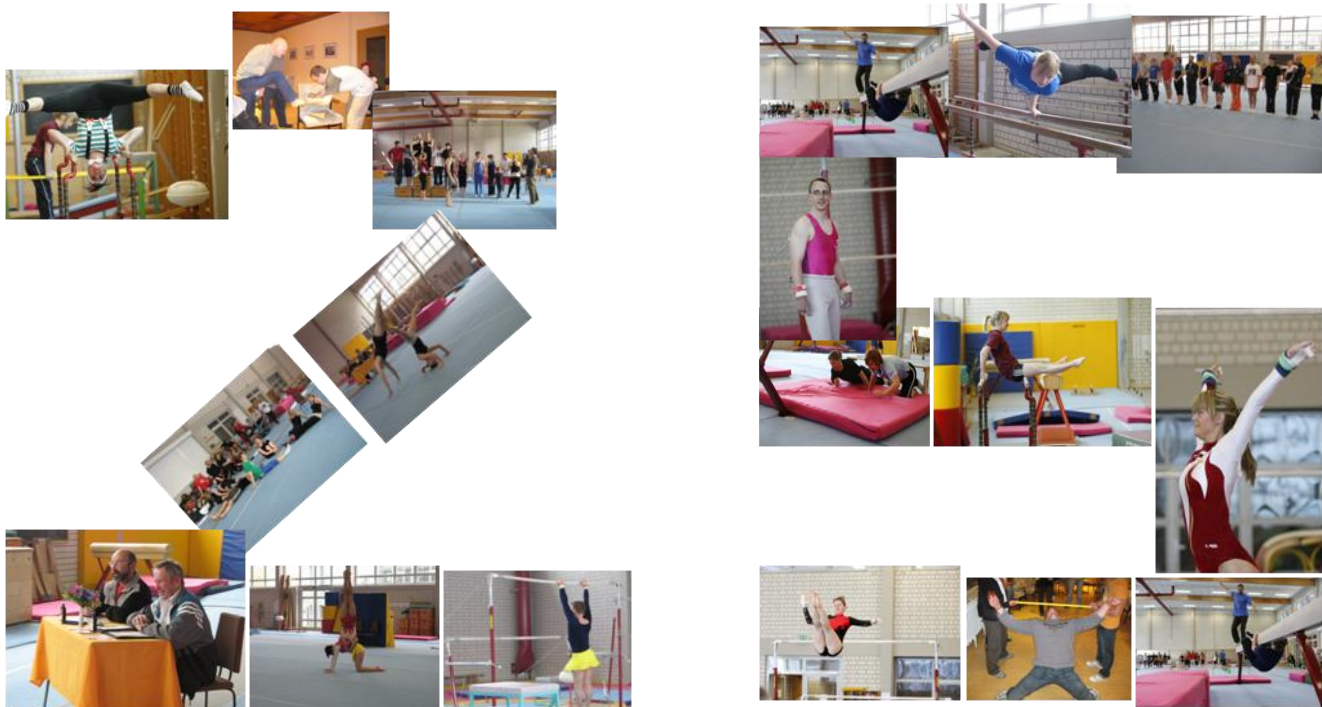




Mecklenburger Paarturnen

25. Mecklenburger Paarturnen

Vom 29.04. bis 01.05. findet das diesjährige 25. Mecklenburger Paarturnen statt. Wie jedes Jahr erwarten wir wieder tausende von Paaren (vielleicht auch etwas weniger).

Teilnahme:

Anmelden kann sich eigentlich jeder der will, zum Schluss brauchen wir nur ein ausgeglichenes Verhältnis von Männern und Frauen. (Am besten wäre natürlich eine Anmeldung paarweise)

Dringend gesucht und gerne gesehen sind auch Kampfrichter!!!

Anmeldung: Anmelden könnt ihr euch unter folgender Email:

Mario Zschornack

mario.zschornack@gmx.de
(Notfalls Handy: 01734572876)

Gebühren: Pro (aktiven) Teilnehmer/-in: 5,- €

Übernachtung: 17,- pro Person und Nacht

...sind zu Überweisen auf das Konto:

Jan Trautmann
KNR: 1399252
BLZ: 13070024

Verwendungszweck: MPT 2011/ Name

Was geht denn so in Rostock...?

Freitag - Nachdem Ihr durch die unglaublich schönen Landschaften von Mecklenburg Vorpommern gefahren seid 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 „SEKT“ (Semmel, Eier, Kaffee, Teewurst => lecker); entweder beim Bäcker oder was ihr selber so leckeres mitgebracht habt

Ab 9:00

- solltet ihr euch so langsam in der Halle einfinden:

Schillingallee (neue Kunstturnhalle)

Gegenüber von der Eishalle

Los geht es mit einem kleinen Erwärmungsspiel,...

...dann beginnt das **Einturnen von 9:15 bis 10:30**

Ihr habt Zeit euch an den Geräten einzuturnen und müsst aber auch mit eurem Partner eure Bodenübung zusammenstellen

- Musik 1: Bodenfläche
 - Musik 2: Gymnastikraum
- Wechsel nach einer halben Stunde

10:30

- Jetzt muss erst mal jeder zeigen, was er ohne Partner an den Geräten kann.

Im Anschluss

- Nochmalige kurze Einturnzeit mit dem Partner (ca. 10min)

Und Dann...

- **Vorführung der fantastischen, großartigen, abwechslungsreichen, virtuellen und mitreißenden Partnerübungen**

13:00

- Siegerehrung

Ca. 13:01

- Duschen

... jetzt beginnt die individuelle, optimale Vorbereitung auf die Abendveranstaltung.

Jeder macht seins! (Anbaden, Stadtrundgang, Einkaufen, 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 25. Mecklenburger Paarturnens

„Arteigenes“ Gerät: Bewertung nach Erwachsenenklasse (B8)

Balken:

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

Stufenbarren:

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

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

Pauschenpferd:

1. Hauptsache es sieht geil aus

„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 ☺)
- Pauschenpferd

Herren:

- Stufenbarren
- Balken

Bewertung:

- Grundwert: 8,70 Punkte
- Zeit: zwischen 60sec und 5min

Bonuspunkte

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