



Hecklenburger Paarturnen



20.

26. Mecklenburger Paarturnen

Vom 27.04. bis 29.04.2012 findet das diesjährige 26. Mecklenburger Paarturnen statt.

**Es könnte das letzte sein,
denn Ende 2012 geht die Welt unter ☺**

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)

Meldeschluss (Unterkünfte 15.03.2012) ist der 10.04.2012

Gebühren: In der Hoffnung, dass die turnerische Beteiligung größer wird:
aktiven Teilnehmer/-in: 2,- € } (Veranstaltungskosten: Partyraum, Grill-
passive Teilnehmer/-in: 4,- € } platz, usw.)

Übernachtung: 17,- pro Person und Nacht

...sind zu Überweisen auf das Konto: **Bitte nur die Übernachtung überweisen, das Teilnehmergeld wird vor Ort entgegengenommen!**

Jan Trautmann
KNR: 1399252
BLZ: 13070024
Verwendungszweck: MPT 2012

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, aber wir übernehmen keine Haftung

Samstag

- Zum Frühstück gibt's „BIER“ (Brötchen, Indischer Aufstrich, Eiersalat, Rapsöl => lecker); entweder beim Bäcker oder was ihr selber so leckeres mitgebracht habt
- Erste Besorgungen für's Grillen erledigen und den Strand oder anderes genießen

Ab 14:00

- 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 14:15 bis 15:30**

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

15:30

- 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**

17:30

- Siegerehrung

Ca. 17:31

- Duschen

... jetzt vielleicht noch ein paar Vorbereitungen für's Grillen machen. (Fleisch und Getränke kaufen, Salat lassen wir heute mal weg.)

Gegen 19:30

- 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 26. 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

Barren: (Achtung max. 1,40 m hoch)

1. Ein A-Teil
2. Ein Krafthalteteil
3. Ein Richtungswechsel
4. Auf Grund der Höhe besondere Kreativität
5. Mind. 6 Elemente

Sprung:

1. Zwei schöne Sprünge
2. Nicht Hocke oder Grätsche

Pauschenpferd:

1. Hauptsache es sieht geil aus

„Artfremdes“ Gerät:

Damen:

- Parallelbarren
- Pauschenpferd

Herren:

- Stufenbarren
- Balken

Bewertung:

- Grundwert: 8,70 Punkte
- Zeit: zwischen 60sec und 3min 24sec

Bonuspunkte

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