

## Gaubestenkämpfe Gerätturnen weiblich und männlich

| <b>Termin</b>                               | <b>10. Mai 2014</b>  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
|---|--|----------------|---------------|-----------|---------------|-----|-------------|---------------|-----------|-----|---------|-----------|-----------|-----|---------|-------------|-----------|-----|---------|-------------|-----------|-----|-------|-------------|-----------|-----|-------------|----------------|-----------|
| <b>Ort</b>                                  | Halle am Kanal, Frankenthal  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Veranstalter</b>                         | Turngau Rhein-Limburg  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Ausrichter</b>                           |  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Wettkampfleitung<br/>Ansprechpartner</b> | Eckhard Weber, Elke Dorn   |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Meldungen</b>                            | Mit Name, Jahrgang, Verein und WK-Nummer bis 01. Mai 2014 an<br>Elke Dorn, <a href="mailto:elke.dorn@turngau-rhein-limburg.de">elke.dorn@turngau-rhein-limburg.de</a><br>Bitte unbedingt den neuen Meldebogen nutzen   |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Gebühren</b>                             | 3€ pro Teilnehmer  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Qualifikation</b>                        | Weiblich: Die ersten Sechs eines jeden Wettkampfes qualifizieren sich für die Landesbestenkämpfe<br><br>Männlich: Keine Qualifikationsbeschränkung, alle Teilnehmer können an den Landesbestenkämpfen teilnehmen   |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Startpass</b>                            | Ein Startpass wird nicht benötigt  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Startrecht</b>                           | Teilnahmeberechtigt sind alle Turnerinnen und Turner des TRL<br>Die Kinder dürfen im laufenden Wettkampfsjahr keine Einzel – Meisterschaftswettkämpfe (Spitzensport / Kür modifiziert/ P-Stufe) turnen.  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Kampfrichter</b>                         | Die Meldung eines ausgebildeten Kampfrichters ist für die Teilnahme verpflichtend  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Zeitplan</b>                             | Der Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen bekannt gegeben   |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| <b>Wettkämpfe<br/>Männlich</b>              | Wahlvierkampf, männlich (Boden – Sprung – Barren – Reck)<br>Pflichtübungen der P-Stufen Variante A<br>Ausschreibung und Bewertung „Aufgabenbuch des DTB Ausgabe 2008“  |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
|   | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr style="background-color: #e0ffff;"> <th>Nr</th> <th>AK</th> <th>Jahrgänge</th> <th>Übungsangebot</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>511</td> <td>16 u. älter</td> <td>1998 u. älter</td> <td>P 1 – P 8</td> </tr> <tr> <td>512</td> <td>14 – 15</td> <td>1999 / 00</td> <td>P 1 – P 8</td> </tr> <tr> <td>513</td> <td>12 / 13</td> <td>2001 / 2002</td> <td>P 1 – P 7</td> </tr> <tr> <td>514</td> <td>10 / 11</td> <td>2003 / 2004</td> <td>P 1 – P 6</td> </tr> <tr> <td>515</td> <td>8 / 9</td> <td>2005 / 2006</td> <td>P 1 – P 5</td> </tr> <tr> <td>516</td> <td>7 u. jünger</td> <td>2007 u. jünger</td> <td>P 1 – P 4</td> </tr> </tbody> </table> | Nr             | AK            | Jahrgänge | Übungsangebot | 511 | 16 u. älter | 1998 u. älter | P 1 – P 8 | 512 | 14 – 15 | 1999 / 00 | P 1 – P 8 | 513 | 12 / 13 | 2001 / 2002 | P 1 – P 7 | 514 | 10 / 11 | 2003 / 2004 | P 1 – P 6 | 515 | 8 / 9 | 2005 / 2006 | P 1 – P 5 | 516 | 7 u. jünger | 2007 u. jünger | P 1 – P 4 |
| Nr  | AK   | Jahrgänge      | Übungsangebot |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| 511   | 16 u. älter  | 1998 u. älter  | P 1 – P 8     |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| 512   | 14 – 15  | 1999 / 00      | P 1 – P 8     |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| 513   | 12 / 13  | 2001 / 2002    | P 1 – P 7     |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| 514   | 10 / 11  | 2003 / 2004    | P 1 – P 6     |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| 515   | 8 / 9  | 2005 / 2006    | P 1 – P 5     |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
| 516   | 7 u. jünger  | 2007 u. jünger | P 1 – P 4     |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |
|   | <b>Sprung:</b><br>P1 / P 2: Kasten quer 3-teilig. / P 3: Kasten längs 4-tlg. / P 4 / P 5: Bock 1,10 m<br>P 6 / P 7: Pferd längs oder Tisch 1,20 m / P 8: Pferd längs oder Tisch 1,35 m<br>Es besteht kein Anspruch auf Tisch (Tisch nur, falls vorhanden).   |                |               |           |               |     |             |               |           |     |         |           |           |     |         |             |           |     |         |             |           |     |       |             |           |     |             |                |           |

---

**Einstiegswettkampf:** Zusätzliches Übungsangebot für die Jahrgänge 2008 u 2009  
**zählt nicht zu den Bestenkämpfen**

**WK 517**

**Ausschreibung**

Boden:

Stand am Anfang der Mattenbahn

- 1.) Rolle Vorwärts in den Streckstutz, Arme in Hochhalte – 2 sec. – (2 Punkte)
- 2.) Zurück rollen in die Rückenlage mit angehobenen Armen über dem Kopf und abgehobenen Beinen (Schiffchen) – 2 sec. – (2 Punkte)
- 3.) Drehen in die Bauchlage ohne Bodenkontakt von den Armen und den Beinen (Flieger) – 2 sec. -
- 4.) Hände neben der Brust aufsetzen und hochdrücken in die Liegestützposition (auf den Runden Rücken achten und tiefer Po) – 2 sec. – (2 Punkte)
- 5.) Aus der Liegestützposition die Beine vorziehen in den Hockstand - mit anschließender Rolle vorwärts und Strecksprung mit Landeposition (2 Punkte)

Pilz/Pferd:

- 1.) Liegestützposition vorlings auf dem Boden – Fußspitzen gestreckt – Fersen zusammen – runder Rücken - tiefer Po – 2 sec. – (2Punkte)
- 2.) ½ Drehung (2Punkte)
- 3.) In die Liegestützposition rücklings – darauf achten das die Hüfte gestreckt ist – 2 sec. – (2Punkte)
- 4.) ½ Drehung (2Punkte)
- 5.) Liegestützposition vorlings – Fußspitzen gestreckt – Fersen zusammen – runder Rücken - tiefer Po – 2 sec. – (2Punkte)

Ringe:

- 1.) Hang an den Ringen – 2 sec. – (2 Punkte)
- 2.) Mit gehockten Beinen Heben in den Strecksturzhang – 2 sec. – (2 Punkte)
- 3.) Senken in den Kipphang – 2 sec. – (2 Punkte)
- 4.) Senken in den Hang – 2 sec. – (2Punkte)
- 5.) Niedersprung (2 Punkte)

Sprung:

- 1.) Anlauf (2 Punkte)
- 2.) Einsprung ins Brett (2 Punkte)
- 3.) Absprung vom Sprungbrett (2 Punkte)
- 4.) Strecksprung (2 Punkte)
- 5.) Landeposition auf einem Weichboden (2 Punkte)

Barren:

Aus dem Stand auf einem kleinen Kasten

- 1.) Sprung in den Stütz – 2 sec. – (2 Punkte)
  - 2.) Beine heben in den Winkelstütz – 2 sec. – (2 Punkte)
  - 3.) zurück in den Stütz – 2 sec. – (2 Punkte)
  - 4.) Beine heben in den Hockstütz – 2 sec. – (2 Punkte)
  - 5.) Senken in den Stütz – 2 sec. – (2 Punkte)
- Zurück auf den Kasten

Reck:

Hang

- 1.) Mit gehockte Beinen Heben und Durchhocken nach hinten (2 Punkte)
- 2.) In den Hang rücklings mit Strecken der Beine – 2 sec. – (2 Punkte)
- 3.) Zurückhocken in den Hang (2 Punkte)
- 4.) Beine heben in den Winkelhang – 2 sec. – (2 Punkte)
- 5.) Beine senken in den Hang – Niedersprung (2 Punkte)

**Wettkämpfe  
weiblich**

Wahlvierkampf (Pflichtübungen der P-Stufen Variante A)  
An den Geräten Sprung – Reck/Stufenbarren – Schwebebalken – Boden  
Die Variante B der Pflichtübungen ist nur am Sprung lt. Ausschreibung erlaubt.  
Ausschreibung und Bewertung „Aufgabenbuch des DTB Ausgabe 2008“ und  
Richtlinien des DTB

| Nr  | AK             | Jahrgänge         | Sprung  | Barren –<br>Balken - Boden |
|-----|----------------|-------------------|---|----------------------------|
| 401 | 18 u.<br>älter | 1996 u. älter     | P 5a (H=1,20)<br>P 6b (H=0,90)<br>P 7a (H=1,20)                                   | P 5 – P 7                  |
| 402 | 16/17          | 1998 / 97         | P 5a (H=1,10)<br>P 6b (H=0,90)<br>P 7a (H=1,20)                                   | P 4 – P 7                  |
| 403 | 14/15          | 2000 / 99         | P 5a (H=1,10)<br>P 5b (H=0,60)<br>P 6b (H=0,90)                                   | P 4 – P 6                  |
| 404 | 12/13          | 2002 / 01         | P 3a (H=0,90)<br>P 4a (H=1,10)<br>P 5a (H=1,10)<br>P 5b (H=0,60)<br>P 6b (H=0,90) | P 3 – P 6                  |
| 405 | 10/11          | 2004 / 03         | P 2a (H=0,90)<br>P 3a (H=0,90)<br>P 4a (H=1,10)<br>P 5a (H=1,10)<br>P 5b (H=0,60) | P 2 – P 5                  |
| 406 | 8 / 9          | 2006 / 05         | P 2a (H=0,90)<br>P 3a (H=0,90)<br>P 4a (H=1,00)                                   | P 2 – P 4                  |
| 407 | 7 u.<br>jünger | 2007 u.<br>jünger | P 1a (H=0,60)<br>P 2a (H=0,90)<br>P 3a (H=0,90)                                   | P 1 – P 3                  |

**Sprung:** Es müssen zwei gleiche Sprünge gezeigt werden, der besser kommt in die Wertung. es besteht kein Anspruch auf Sprungtisch, nur falls vorhanden  
P1, P2, P3: Kasten  
P4: Bock  
P5a, P6, P7: Pferd quer / Sprungtisch

P 5b, P 6b: Mattenberg,  
Stützfläche auf dem Mattenberg (nicht auf einem Kasten)

**Reck / Stufenbarren:** P1–P6 Reck / Barrenholm ca. schulterhoch,  
P7 Stufenbarren  
Bei der P3 ist die Landung beim Abgang beidbeinig erlaubt.

**Schwebebalken:** WK 401 – 405 H = 1,20m - bei 20cm Mattenlage  
WK 406 – 407 H = 1,00m - bei 20cm Mattenlage  
P1: Turnbank / P2: umgedrehte Turnbank oder Übungsbalken

**Boden:** Bodenbahn,  
ab P5 mit DTB Pflichtmusik oder freier Musikwahl ohne Gesang