

# Ausschreibung für den Kids- und Bambini-Mehrkampf im Turngau Speyer

**Termin: 18.11.2023**

**Ort:** Maximiliansau, Rheinhalle

**Ausrichter:** TV Maximiliansau

**Wettkampfleitung:** Elisa Petrovic

**Zeitplan:**

**09:00 Uhr** Einturnen

**10:00 Uhr** Wettkampfbeginn

## **Wettkämpfe:**

### **WK 1 Jahrgang 2017 und jünger weibl.**

Geräturnen: Boden und Reck Übung P1 - P3

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P1 – P3

### **WK 2 Jahrgang 2017 und jünger männl.**

Geräturnen: Boden und Reck Übung P1 - P3

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P1 – P3

### **WK 3 Jahrgang 2016/ 2015weibl.**

Geräturnen: Boden und Reck Übung P1 - P3

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P1 – P3

### **WK 4 Jahrgang 2016/ 2015 männl.**

Geräturnen: Boden und Reck Übung P1 - P3

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P1 – P3

### **WK 5 Jahrgang 2014/2013 weibl.**

Geräturnen: Boden und Reck Übung P1 - P3

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P1 – P3

### **WK 6 Jahrgang 2014/ 2013 männl.**

Geräturnen: Boden und Reck Übung P1 - P3

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P1 – P3

## **Meldung:**

Bitte ausgefüllte Meldetabelle per Mail an folgende Adresse schicken:

**E-Mail:** [Kinderturnen@turngau-speyer.de](mailto:Kinderturnen@turngau-speyer.de)

**Meldeschluss: 18.10.2023 !!!**

## **Wettkampfbestimmungen: Bambini-Mehrkampf**

**Allgemeines:** Geturnt wird ein gemischter 5-Kampf, bestehend aus 2 Turndisziplinen, 2 Leichtathletikdisziplinen und 1 Mini-Trampolin-Sprung (siehe Anhang).

**Teilnahmebestimmungen:** Es dürfen nur Kinder mitturnen, die 2023 nicht an Wettkämpfen der Einzelbestenkämpfe / Einzelmeisterschaften oder Mannschafts-Bestenkämpfe / Mannschafts-Meisterschaften teilgenommen haben.

**Kampfrichter:** Mit der Meldung muss jeder Verein, der mind. 3 Teilnehmer hat, einen Turn-Kampfrichter **und** einen Helfer für Leichtathletik, bei mehr als 15 Teilnehmern zwei Turn-Kampfrichter **und** zwei Helfer für Leichtathletik, melden. Wer keine Turn-Kampfrichter/ Helfer für Leichtathletik stellen kann, zahlt **für jede fehlende Person 10 €**.

**Siegerehrung:** Die Siegerehrung findet nach jedem Durchgang statt. Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ohne wichtigen Grund bei der Siegerehrung nicht anwesend sind, verlieren ihren Anspruch auf eine Auszeichnung.

**Auszeichnungen:** Alle, die zur Siegerehrung anwesend sind, erhalten eine Medaille und eine Urkunde.

**Nach- /Ummeldungen:** Meldungen sind nach dem Meldeschluss nicht mehr möglich. Teilnehmer, die am Wettkampf nicht teilnehmen können, müssen trotzdem das Meldegeld bezahlen!

**Meldegeld: 8,00 € (pro Teilnehmer/in)**

**Bitte an folgendes Konto überweisen:**

Turngau Speyer

Sparkasse Südpfalz

IBAN: DE12 5485 0010 0023 0059 03

**Das Meldegeld muss im Voraus überwiesen werden. Ist der Betrag bis am Wettkampftag nicht auf dem Konto wird eine Strafgebühr von 10 € dazu gerechnet.**

## **Ausschreibung für den Kids Mehrkampf im Turngau Speyer**

**Termin: 18.11.2023**

**Ort:** Maximiliansau, Rheinhalle

**Ausrichter:** TV Maximiliansau

**Wettkampfleitung:** Elisa Petrovic

**Zeitplan:**

**13:00 Uhr** Einturnen

**14:00 Uhr** Wettkampfbeginn

### **Wettkämpfe:**

#### **WK 11 Jahrgang 2012 und jünger weibl.**

Gerätturnen: Boden und Reck Übung P2 – P4

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P2 – P4

#### **WK 12 Jahrgang 2012 und jünger männl.**

Gerätturnen: Boden und Reck Übung P2 – P4

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P2 – P4

#### **WK 13 Jahrgang 2011/2010 weibl.**

Gerätturnen: Boden und Reck Übung P3 – P5

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P3 – P5

#### **WK 14 Jahrgang 2011/2010 männl.**

Gerätturnen: Boden und Reck Übung P3 – P5

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P3 – P5

#### **WK 15 Jahrgang 2009/2008 weibl.**

Gerätturnen: Boden und Reck Übung P3 – P5

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P3 – P5

#### **WK 16 Jahrgang 2009/2008 männl.**

Gerätturnen: Boden und Reck Übung P3 – P5

Leichtathletik: 25m Sprint und Schweißballweitwurf

Mini-Tramp: P3 – P5

### **Meldung:**

Nur mit beigefügten Meldetabelle per Mail an folgende Adresse

**E-Mail:** Kinderturnen@turngau-speyer.de

**Meldeschluss: 18.10.2023 !!!**

## **Wettkampfbestimmungen: Kids-Mehrkampf**

**Allgemeines:** Geturnt wird ein gemischter 5-Kampf, bestehend aus 2 Turndisziplinen, 2 Leichtathletikdisziplinen und 1 Mini-Trampolin-Sprung (siehe Anhang).

**Teilnahmebestimmungen:** Es dürfen nur Kinder mitturnen, die 2023 nicht an Wettkämpfen der Einzelmeisterschaften oder Mannschafts-Meisterschaften teilnehmen haben.

**Kampfrichter:** Mit der Meldung muss jeder Verein, der mind. 3 Teilnehmer hat, einen Turn-Kampfrichter **und** einen Helfer für Leichtathletik, bei mehr als 15 Teilnehmern zwei Turn-Kampfrichter **und** zwei Helfer für Leichtathletik, melden. Wer keine Turn-Kampfrichter/ Helfer für Leichtathletik stellen kann, zahlt **für jede fehlende Person 10 €**.

**Siegerehrung:** Die Siegerehrung findet nach jedem Durchgang statt. Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ohne wichtigen Grund bei der Siegerehrung nicht anwesend sind, verlieren ihren Anspruch auf eine Auszeichnung.

**Auszeichnungen:** Alle, die zur Siegerehrung anwesend sind, erhalten eine Medaille und eine Urkunde.

**Nach-/Ummeldungen:** Meldungen sind nach dem Meldeschluss nicht mehr möglich. Teilnehmer, die am Wettkampf nicht teilnehmen können, müssen trotzdem das Meldegeld bezahlen!

**Eingeschränkte Teilnehmerzahl pro Verein:** Bei einer zu hohen Teilnehmerzahl behalten wir uns vor die Teilnehmeranzahl pro Verein zu beschränken.

**Meldegeld: 8,00 € (pro Teilnehmer/in**

**Bitte an folgendes Konto überweisen:**

Turngau Speyer

Sparkasse Südpfalz

IBAN: DE12 5485 0010 0023 0059 03

**Das Meldegeld muss im Voraus überwiesen werden. Ist der Betrag bis am Wettkampftag nicht auf dem Konto wird eine Strafbüße von 10 € dazu gerechnet.**

# Die neuen P-Übungen Turnen

## Boden

### **Schwierigkeitsstufe P1 (Höchstwert 11,00 Punkte)**

- Anlauf (2 bis 3 Schritte), Einsprung und Absprung zum Strecksprung
- Senken in den Hockstand, Aufstützen der Hände mit anschließendem Rückstrecken der Beine zur Liegestützposition, Anhocken, Rückstrecken und erneutes Anhocken der Beine
- Strecksprung
- Senken über den Hockstand in den Hocksitz, Rückenschaukel zurück und vor mit dynamischem Aufrichten beidbeinig oder über die Schrittstellung in den Stand
- 2 bis 3 Schritte im Ballengang, schließen der Beine in den Stand

### **Schwierigkeitsstufe P2 (Höchstwert 12,00 Punkt)**

- Nachstellsprung, Nachstellsprung (rechts-links oder links-rechts), Schritt, schließen der Beine
- Senken in den Hockstand, Aufstützen der Hände mit Rücksetzen der Beine zur Liegestützposition
- Langsames Senken in die Bauchlage mit anschließendem Strecken der Arme
- ½ Drehung in die Rückenlage, Heben in die Schiffchenposition
- Rückenschaukel zurück und vor mit dynamischem Aufrichten beidbeinig oder über die Schrittstellung in den Stand
- Verbindung: Rolle vorwärts, Strecksprung
- 2 bis 3 Schritte, Absprung zum Pferdchensprung

### **Schwierigkeitsstufe P3 (Höchstwert 13,00 Punkte)**

- Verbindung: Rolle vorwärts, Strecksprung
- Senken in die Rückenlage, Zurückrollen in die flüchtige Kerze, Abrollen und Aufrichten beidbeinig oder über die Schrittstellung in den Stand
- 2 bis 3 Schritte, Schwingen in den flüchtigen Handstand, Senken in die Schrittstellung, Aufrichten
- 2 bis 3 Schritte, Einsprung, Absprung, Hocksprung
- Schritt, Anhüpfer, Rad mit Aufrichten gegen die Bewegungsrichtung

### **Schwierigkeitsstufe P4 (Höchstwert 14,00 Punkte)**

- Schritt, Schwingen in den Handstand, Abrollen in den Stand
- Strecksprung mit ½ Drehung
- Rolle rückwärts über den hohen Hockstütz
- Nachstellsprung, Nachstellsprung (rechts-links oder links-rechts)
- Anhüpfer, Rad mit Aufrichten in die Bewegungsrichtung  
1 bis 2 Schritte, Einsprung mit anschließendem Absprung zur Sprungrolle

### **Schwierigkeitsstufe P5 (Höchstwert 15,00 Punkte)**

#### **Mädchen:**

- 2 bis 3 Schritte, Einsprung mit anschließendem Absprung zur Sprungrolle
- Schritt, Schritt mit Vorspreizen und Schwingen in den Handstand,-Abrollen in den Stand
- Schritt, ½ Drehung einbeinig
- Schritt, Hüpfen mit Vorschwingen des gebeugten Beines (rechts oder links), Schritt, Hüpfen mit Vorschwingen des gebeugten Beines
- Anhüpfer, Rad mit Aufrichten gegen die Bewegungsrichtung
- Rolle rückwärts über den hohen Hockstütz in den Hockstand

- Absprung zum Quergrätschsprung (mind. 90°)

#### **Jungen:**

- Anlauf Radwende, Strecksprung in den Stand
- Rolle rückwärts in den Stand
- Schwingen in den Handstand, Abrollen in den Streckstutz, Heben in den Liegestütz rücklings,
- ½ Drehung in den Liegestütz vorlings, Abspringen in den Grätschwinkelstand
- Heben in den Kopfstand (2 Sekunden), Abrollen zum Stand
- Strecksprung mit ½ Drehung
- Schritt vorwärts zur Standwaage vorlings (2 Sekunden), Aufrichten in den Stand
- Anlauf, Sprungrolle vorwärts, mit sofortigem Strecksprung in den Stand

#### **Reck**

##### **Schwierigkeitsstufe P1 (Höchstwert 11,00 Punkte)**

- Beidbeiniger Sprung in den Stütz
- Hüftabzug
- Beidbeiniger Sprung in den Stütz
- Vorschwung, Rückschwung, Niedersprung

##### **Schwierigkeitsstufe P2 (Höchstwert 12,00 Punkte)**

- Beidbeiniger Sprung in den Stütz
- Hüftabzug
- Beidbeiniger Sprung in den Stütz
- Vorschwung, Rückschwung, Niedersprung
- Felgunterschwung

##### **Schwierigkeitsstufe P3 (Höchstwert 13,00 Punkte)**

- Beidbeiniger Sprung in den Stütz
- Hüftabzug
- Hüftaufschwung oder Hüftaufzug
- Vorschwung, Rückschwung, Niedersprung
- Felgunterschwung

##### **Schwierigkeitsstufe P4 (Höchstwert 14,00 Punkte)**

- Hüftaufzug oder Hüftaufschwung
- Vorschwung, Rückschwung, Hüftumschwung rückwärts
- Mit direkt anschließendem Felgunterschwung

##### **Schwierigkeitsstufe P5 (Höchstwert 15,00 Punkte)**

#### **Mädchen:**

- Vorschwung, Rückschwung über den Winkelhang
- Hüftaufzug
- Vorschwung, Rückschwung, Hüftumschwung rückwärts
- Mit direkt anschließendem Felgunterschwung

#### **Jungen:**

- Aus dem Stand vorlings: Sprung in den Kipphang (Fußrist an der Stange), Vorpendeln, Rückpendeln
- Oder: Sprung in den Winkelhang, Vorschweben, Rückpendeln

- In den Stand
- (Schritt rückwärts zur Ausgangsstellung) Hüftaufschwung in den Stütz mit beidbeinigem
- Absprung
- Rückschwung, Hüftumschwung rückwärts, Felgunterschwung in den Stand

### **Mini-Trampolin**

#### **Schwierigkeitsstufe P1 (Höchstwert 11,00 Punkte):**

- Strecksprung

#### **Schwierigkeitsstufe P2 (Höchstwert 12,00 Punkte):**

- Hocksprung

#### **Schwierigkeitsstufe P3 (Höchstwert 13,00 Punkte):**

- Grätschwinkelsprung

#### **Schwierigkeitsstufe P4 (Höchstwert 14,00 Punkte):**

- Bücke

#### **Schwierigkeitsstufe P5 (Höchstwert 15,00 Punkte):**

- Salto vorwärts gehockt