



Turnbezirk Weser-Ems
Fachbereich Gerätturnen Frauen

Leitfaden 2012

Liebe Turnfreundinnen, liebe Turnfreunde,
der vorliegende Leitfaden des Fachbereiches Gerätturnen Frauen
im Turnbezirk Weser-Ems ist aus der Broschüre Wettkampfinhalte entstanden.
Wir haben hier Informationen zusammengestellt, die euch den Umgang mit den
Formalisten des Fachgebietes erleichtern sollen.

Als letzte Seite des Info-Abschnittes wurde eine Liste eingefügt, die sowohl die Nationalen
Elemente (NE) des DTB, als auch die damit verbundenen Erweiterungen des NTB enthält.
Die NE-NTB am Barren und Balken, markiert „Nur im NTB gilt“ sind nur für Wettkämpfe im
Fachbereich GT Frauen des NTB bzw. Turnbezirks zugelassen, nicht jedoch für
Mehrkampfmeisterschaften (NTB / DTB) oder Wettkämpfe außerhalb des NTB.
Die Erweiterung um Turnerische Elemente (TE) betrifft nur die Wettkämpfe KM3 (erleichtert)
und KM4, geturnt im Fachbereich GT Frauen des Turnbezirkes Weser-Ems.

Dank an Sabine Groeneveld, die durch ihre Anregungen und Kommentare mithalf, den
Leitfaden in seiner vorliegenden Form zu gestalten.

Wir hoffen, dass so neben dem eigentlichen Leistungsbereich auch die Turnerinnen eine
„Wettkampfheimat“ finden, die nicht regelmäßig oder „hochleistungsorientiert“ trainieren
können.

Neben dem Informationsabschnitt findet ihr:

die Wettkampfübersichten unterteilt nach den Wettkämpfen des NTB, veranstaltet durch
den Fachbereich unter der Leitung der Landesfachwartin.

- im Abschnitt 1 die angebotenen Einzelwettkämpfe,
- im Abschnitt 2 die Ligawettkämpfe (Mannschaft).

Alle in diesen Abschnitten angebotenen Wettkämpfe erfordern eine Qualifikation über den
Turnbezirk.

Die angebotenen Wettkämpfe des Turnbezirkes sind im

- Abschnitt 3 für die angebotenen Einzelwettkämpfe,
 - Abschnitt 4 für die angebotenen Ligawettkämpfe (Mannschaft).
- aufgeführt.

Diese Wettkämpfe unterliegen zum Teil einer Qualifikation in den Turnkreisen.

Die **aktuellen Wettkampfausschreibungen** liegen den Kreisfachwartin /
Kreisfachwarten vor und sind im Internet des NTB veröffentlicht.

Der Abschnitt 5 enthält offene Ausschreibungen von Vereinen des Turnbezirkes.

Der Anhang enthält eine kurze Übersicht des Verhaltens von Turnerinnen, Trainerinnen /
Trainern / Betreuerinnen / Betreuern.

Und nun viel Spaß beim Lesen.

Bezirksfachwart

Wolf Dieter Zapp

Bebelstr. 18

26419 Schortens

Tel.: 04461 986132

Fax : 04461 986131

Mail: wolf-dieter.zapp@ewetel.net

Kampfrichterbereich

Sabine Groeneveld

Westerstr. 83

26508 Norden

04931 6895

sabine.groeneveld@web.de

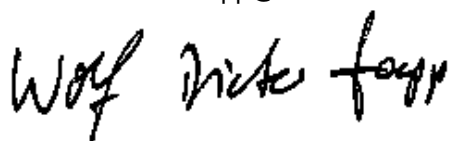
Birgit Druck

Heidkampsweg 19

49191 Belm

05406 9184

Druck-Belm@t-online.de



Informationen

Allgemeines:

Alle Informationen des Fachbereiches Gerätturnen Frauen im Niedersächsischen Turner-Bund, wie z.B.

Anschriften des Landesfachausschusses, der Bezirksfachwartinnen / -warte, Kreisfachwartinnen / -warte,
Termine,
Ausschreibungen,
Berichte,
Wissenswertes aus dem Fachgebiet,
Fachgebietsordnung,
Ligaordnungen,
im Internet unter: http://www.ntb-infoline.de/cms_new/sportarten-zielgruppen/leistungs-und-spitzensport/geraettturnen-frauen/willkommen.html

Informationen zu den Mehrkämpfen im NTB:

www.ntb-infoline.de, dann weiter: sportarten-zielgruppen/freizeit-und-breitensport/turnerische-mehrkaempfe

Alle Informationen des Fachbereiches Gerätturnen im Deutschen Turner-Bund unter www.dtb-online.de
weiter: Sportarten / Gerätturnen

Informationen zu den Mehrkämpfen im DTB unter www.dtb-online.de
weiter im portal hauptnavigation-sportarten-mehrkaempfe

Alle Kampfrichter-Informationen des DTB Fachbereiches Gerätturnen unter www.kari-turnen.de
Hier wird auch der Komplex „Fragen und Antworten“ (Präzisierungen zu den Kür- und Pflichtübungen), wichtig für Kari und Trainer regelmäßig aufdatiert.

Alle Normen usw. für den LVT unter: www.dtb-online.de
weiter: Sportarten / Gerätturnen / Nachwuchs weiblich / Downloads

Alle Wettkampfergebnisse der Landes- und Bezirkswettkämpfe unter: www.geraettturnerergebnisse.de

Grundsätzlich gilt für alle Wettkämpfe:

Nur der Text des Aufgabenheftes mit den Änderungen des DTB, den schriftlichen Änderungen innerhalb der Wettkampfübersichten bzw. Ausschreibungen des NTB / des Turnbezirkes, sowie Übersichten und Präzisierungen des Kampfrichterwesens sind verbindlich.

Videos, Darstellungen auf der DVD des DTB und ähnliche Materialien sind lediglich Informationen und nicht verbindlich.

Definitionen der Wettkampfbezeichnungen im Turnbezirk.

Meisterschaften sind alle Wettkämpfe, die ab Altersklasse 8 (AK8) und als „Senioren“ geturnt werden unabhängig davon, ob sie zum NTB weitergeführt werden.

Als **Bezirksentscheid** werden alle Wettkämpfe bezeichnet, die als Qualifikation zu weiterführenden Wettkämpfen des NTB innerhalb des Turnbezirkes ausgetragen werden.

Als **Bezirksfinale** werden alle Wettkämpfe bezeichnet, die innerhalb des Turnbezirkes ausgetragen werden, jedoch keine Weiterführung zum NTB beinhalten.

Die **Ligabezeichnungen** richten sich nach der gültigen Ligaordnung des Turnbezirks.

Gerätebahnen A bis C mit den Inhalten P1 bis P4 werden, wenn ausgeschrieben, nur in den Turnkreisen angeboten.

Pflichtübungen P1 bis P3 werden nur, wenn ausgeschrieben, in den Turnkreisen bzw. mit den offenen Vereinsausschreibungen angeboten.

Ausnahme ist die P3 für den Bambini-Cup des Turnbezirkes in der Altersklasse 6.

Kürwettkampf KM4 wird nur, wenn ausgeschrieben, in den Turnkreisen angeboten.

Höherturn-Regelung:

Turnerinnen der Meisterschafts- (Altersklassen) -Wettkämpfe können auf Antrag die nächsthöhere Altersklassen-Stufe turnen. Sie müssen aber nachfolgend im laufenden Wettkampfsjahr alle weiteren Wettkämpfe in der höheren Altersklasse bestreiten.

Informationen

Startpässe / Wettkampfbücher:

Präsidiumsbeschluss des NTB:

Für alle Wettkämpfe, die im NTB ausgetragen werden, ist vom Turnbezirk an aufwärts ein Startpass erforderlich. Das gilt für alle Einzelwettkämpfe unter 1 und alle Ligawettkämpfe unter 2.

Für den Turnbezirk Weser-Ems ist festgelegt:

für alle Einzelwettkämpfe unter 3, alle Ligawettkämpfe unter 4 ist mindestens das Wettkampfbuch erforderlich.

Ausnahme ist der Bambini-Cup AK6, hier ist weder Startpass noch Wettkampfbuch erforderlich.

Startpassanträge / Startpässe sind bei der Passstelle des NTB erhältlich.

Tel.: (0511) 98097-38 E-Mail: Marion.Adam@NTB-infoline.de

Wettkampfbücher sind bei der TSF des NTB erhältlich.

Tel.: (0511) 98097-8 E-Mail: TSF@NTB-infoline.de

Startberechtigung / Vereinswechsel:

Startberechtigt in den Einzel- und Mannschaftswettkämpfen sind nur Turnerinnen, deren

Erststartrecht (Stammverein) im Niedersächsischen Turner-Bund eingetragen ist.

Hierbei ist sowohl der Startpass als auch das Wettkampfbuch durch die Vereine korrekt zu führen.

Wettkampf- / Startgemeinschaften müssen beim NTB registriert sein.

Für Startberechtigungen für einen Zweitverein bzw. Doppelmitgliedschaften gilt:

Im Startpass muss bei der Passstelle des NTB gem. Passordnung eine Freigabe für den Zweitverein eingetragen sein,

bei Inhaberinnen des Wettkampfbuches ist eine Freigabe des Stammvereins für den Zweitverein und die freizugebende(n) Wettkampfform(en) (Einzel oder Mannschaft), zeitlich unbegrenzt oder zeitlich begrenzt einzutragen.

Für einen Vereinswechsel gilt:

Vereinswechsel mit Ortswechsel zieht keine Sperre nach sich.

Vereinswechsel ohne Ortswechsel zieht eine 3monatige Sperre nach sich. Hier ist das Datum der schriftlichen Abmeldung beim „alten“ Verein maßgeblich, unabhängig von Kündigungs- oder Annahmefristen.

Der „neue“ Verein beantragt entspr. der Passordnung bei der Paßstelle des NTB für Startpassinhaber, bzw. bestätigt den entspr. Sachverhalt durch Eintrag im Wettkampfbuch.

Es wird empfohlen eine Kopie des Austrittschreibens als Beleg an geeigneter Stelle zu archivieren.

Gesundheitszeugnisse:

Für 6jährige bis 17jährige Turnerinnen ist ein Gesundheitszeugnis erforderlich.

Ab Leistungsbereich Altersklasse 9 muss dieses ein sportorthopädisches / sportärztliches Gesundheitszeugnis sein.

Das Gesundheitszeugnis darf am Wettkampftag nicht älter als ein Jahr sein.

Für die Qualifikationswettkämpfe zum NTB (Wettkämpfe unter 1 und 2) gilt:

Liegt das Gesundheitszeugnis am Wettkampftag nicht vor, oder ist nicht korrekt, darf die Turnerin nicht starten.

Für die Bezirkswettkämpfe (Wettkämpfe unter 3 und 4) gilt:

Liegt das Gesundheitszeugnis am Wettkampftag nicht vor, oder ist nicht korrekt, darf die Turnerin nur „außer Konkurrenz“ starten.

Im Mannschaftswettkampf wird ihr Ergebnis nicht gerechnet.

Wird beim nächsten Wettkampf erneut kein Gesundheitszeugnis vorgelegt, darf die Turnerin dann nicht starten.

Ausnahmen hiervon entscheidet die Wettkampfleitung.

Vordrucke für Gesundheitszeugnisse beim Bezirksfachwart, E-Mail: wolf-dieter.zapp@ewetel.net

Informationen

Zeitplanungen, Riegenpläne:

Zeitplanungen und Riegenpläne werden nach den Erfordernissen des Wettkampfablaufes vorgenommen. Ist für Wettkämpfe ein Wochenende vorgesehen, oder auch schon ausgeschrieben, so kann eine vorherige Planung notwendig werden.

Das gilt insbesondere für die Ligarunden, in denen auch kurzfristig, sowohl für die Hin- als auch in der Rückrunde der Zeitplan geändert werden kann.

Daher ist das gesamte Wochenende für den Wettkampfablauf einzuplanen.

Der **Zeitplan** wird ca. 2 Wochen vor dem Wettkampftermin veröffentlicht.

Für alle Wettkämpfe wird nach Möglichkeit folgender **Rahmenzeitplan** eingeplant:
Änderungen sind jedoch, nach Auswertung der Meldungen möglich.

Wettkämpfe Sonnabends:

1. Durchgang:

09.30 Uhr Hallenöffnung und Erwärmung. (Geräte sind nicht freigegeben, nur die Bodenfläche)

09.45 Uhr Einturnen

10.15 Uhr Aufstellung, Einmarsch, Begrüßung, Wettkampfbeginn

2. Durchgang:

14.00 Uhr Hallenöffnung und Erwärmung. (Geräte sind nicht freigegeben, nur die Bodenfläche)

14.15 Uhr Einturnen

14.45 Uhr Aufstellung, Einmarsch, Begrüßung, Wettkampfbeginn

Wettkämpfe Sonntags:

1. Durchgang:

09.30 Uhr Hallenöffnung und Erwärmung. (Geräte sind nicht freigegeben, nur die Bodenfläche)

09.45 Uhr Einturnen

10.15 Uhr Aufstellung, Einmarsch, Begrüßung, Wettkampfbeginn

2. Durchgang:

14.00 Uhr Hallenöffnung und Erwärmung. (Geräte sind nicht freigegeben, nur die Bodenfläche)

14.15 Uhr Einturnen

14.45 Uhr Aufstellung, Einmarsch, Begrüßung, Wettkampfbeginn

Riegenpläne werden veröffentlicht, sobald die Meldungen verarbeitet wurden. Ab dann sind auch bei Zurückziehung die Meldegelder zu entrichten und die gemeldeten Kari zu stellen.

Meldungen, Meldegelder / Kampfrichtereinsatz:

Die Meldungen sind gemäß der der Einzelausschreibung abzugeben.

Die Höhe der Meldegelder wird durch den Bezirksfachausschuss festgesetzt und in den Ausschreibungen veröffentlicht.

Aus den Meldegeldern werden die Fahrt- und weitere Kosten für die WKL getragen, die weiteren Kari-Kosten tragen die Vereine.

Bei entspr. Meldezahl werden auch Tagegelder für die Vereinskampfrichter erstattet.

Die Höhe der Tagegelder wird durch den Bezirksfachausschuss festgesetzt.

Nichtentrichtung von Meldegeldern / Nichtgestellung von Kampfrichtern:

Zieht ein Verein nach Übersendung der Riegenpläne seine Turnerinnen zurück, oder tritt am Wettkampftag nicht an, so ist das Meldegeld trotzdem zu entrichten.

Tritt eine gemeldete Kampfrichterin / ein gemeldeter Kampfrichter am Wettkampftag nicht an, so ist zusätzlich ein Aufwandsentgelt zum Meldegeld zu entrichten.

Die Höhe des Aufwandsentgeltes wird durch den Bezirksfachausschuss festgesetzt.

Entrichtet ein Verein Meldegeld oder Kari-Aufwandsentgelt nach den vorstehenden Regeln nicht, so werden Turnerinnen dieses Vereins für weitere Wettkämpfe nicht zugelassen.

Informationen

Lizenzausbildungen 2012:

Trainer C im Leistungssport sportartspezifisch:

(Voraussetzung hierzu ist der erfolgreiche Abschluss der Basisausbildung, Lehrgangsplan 2012, Seite 15) Meldungen an die Landesturnschule, Melle

Gerätturnen (weiblich / männlich) Meldungen an die Landesturnschule

Lehrgang 40/12: 30. März bis 03. April und 01. Juni bis 03. Juni in Verden

Lehrgang 41/12: 24. September bis 28. September und 16. November bis 18. November, Landesturnschule Melle

Gerätturnen – Spitzensport

Lehrgang 43/12: 25. August bis 30. August und 20. Oktober bis 21. Oktober, Hannover

Einladungslehrgang durch den Fachausschuß, Meldungen nur über den Bezirksfachwart,

Zulassung nach Beschluss des Fachausschusses.

(direkte Meldungen bei der Landesturnschule werden von dieser nicht angenommen)

Lizenzverlängerungen:

Trainer C Kunstturnen Frauen (alte Ausbildungsform),

Fachübungsleiter Gerätturnen (alte Ausbildungsform) und Trainer C Gerätturnen.

Für die Lizenzverlängerung sind 15 LE innerhalb von vier Jahren nachzuweisen.

Hiervon müssen mindestens 8 LE *fachspezifische* Inhalte sein.

Der Landesfachausschuß Gerätturnen Frauen hat am 26. Januar 2007 folgendes beschlossen:

Wochenendlehrgang in Melle Annerkennung: 8 LE

Tageslehrgang auf Landesebene mit 8 LE Annerkennung: 5 LE

Tageslehrgang auf Bezirksebene mit 5 LE Annerkennung: 3 LE

Dezentralschulung mit aktiver Mitarbeit Annerkennung: 2 LE

Tageslehrgang auf Kreisebene mit 5 LE Annerkennung: 2 LE

Alle Tageslehrgänge haben eine Dauer von mindestens 5 LE.

Unterschriftsberechtigt ist der Bezirksfachwart und Trainer mit A- bzw. B-Lizenz, dabei gilt: Werden Lehrgänge nicht durch den Turnbezirk organisiert, muss der Referent mindestens eine Stufe höher qualifiziert sein (Trainer-Lizenz) als die Teilnehmer des Lehrganges.

Bei Kampfrichterschulungen mit technischem Inhalt wird pro LE die Hälfte anerkannt.

Unterschriftsberechtigt sind hier nur Kampfrichter mit A-Lizenz und mindestens einer Trainer C-Lizenz.

Die Regelungen für die Verlängerung abgelaufener Lizenzen enthält die Ausbildungsordnung des DTB.

z.B. Verlängerung im 1. Jahr nach Ablauf 15 LE, im 2. Jahr 30 LE, ab 3. Jahr Entscheidung NTB ob Prüfung neu oder 45 LE. Verlängerung gilt immer nur ab Ablaufdatum der jeweiligen Lizenz.

Verlängerungen Kampfrichterlizenzen:

Die Verlängerungen für die Kari-B-Lizenzen regelt der Landesfachausschuß Gerätturnen Frauen.

Für die Kari-C-Lizenzen gilt:

Legen Lizenzinhaberinnen/-haber eine Prüfung zusammen mit einer Prüfung Neuausbildung ab, so wird die Lizenz für weitere 4 Jahre verlängert.

Für alle Lizenzinhaberinnen/-haber, die keine Neuprüfung ablegen, ist zum Erhalt jährlich eine entspr. Fortbildung auf Bezirksebene erforderlich. die Lizenz ist dann für ein weiteres Jahr gültig.

Unterschriftsberechtigt ist nur die Bezirkskampfrichterwartin, in Absprache mit dieser auch der Bezirksfachwart.

Informationen

Jahrgangsstaffelungen:

Jahrgang: 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 00 01 02 03 04 05 06 07 08 09 10 11 12
Jahre: 36 35 34 33 32 31 30 29 28 27 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5

Referentenliste im Turnbezirk:

Dagmar Kersten, Choreographie und Technik
cho-hwa-kwan@gmx.de

Iris Buttkus, Technik
iris373@web.de

Sarah Knief, Grundlagen Gerätturnen
sarahknief@web.de

Sabine Groeneveld, Kari-Ausbildung, Technik und P- / KM-Inhalte
sabine.groeneveld@web.de

Birgit Druck, Kari-Ausbildung, Technik und P- / KM-Inhalte
Druck-Belm@t-online.de

Günter Aden, Technik und P- / KM-Inhalte
Gunter.Aden@t-online.de

Reinhard Milter, Technik und P- / KM-Inhalte
RMilter@t-online.de

Wolf Dieter Zapp, Technik und P- / KM-Inhalte
wolf-dieter.zapp@ewetel.net

Weitere Referentinnen / Referenten sind zu erfragen über:
Landesturnschule Melle,

Anna Albrecht
Tel.: 05422949132
anna.albrecht@ntb-infoline.de

Uschi Selchow
Tel.: 05422949115
uschi.selchow@ntb-infoline.de

Informationen

Sonstiges:

Spieth Turngeräte:	www.spieth-gymnastic.de
Bänfer Turngeräte	www.baenfer.de
Gymnova Turngeräte:	www.gymnova.fr
Janssen+Fritsen Turngeräte:	www.janssen-fritsen.com
Nikiferow Sport (in der Hauptsache Bänfer-Geräte)	www.turngeraete24.de
Sportversand Horn Sportgeräte und mehr:	www.Turnbasar.de
Institut für Gesundheitsförderung Dipl.-Sportlehrer Michael Schneider (Sportgeräte)	gesundheit-schneider@t-online.de
Christian Moreau, Sportbekleidung und mehr:	www.christian-moreau.de
Sport Grieshammer, Turn-und Gymnastikbekleidung und mehr:	www.sport-grieshammer.de
Michael und Sabine Gruhl Turnanzüge, Zubehör und mehr	www.gruhl-gymnastics.de
Ute Stuntebeck Turnanzüge und Zubehör:	www.utes-turnanzuege.de
Petra Göpel gebrauchte, neuwertige Turnanzüge und mehr	michael.goepel@ewetel.net
Deutscher Sportärztebund	www.dgsp.de
Dopinginformationen	www.dopinginfo.de www.highfive.de
Aufgabenbuch Gerätturnen weiblich Bestellnr.: 1922010	www.dtb-shop.de
CD Pflichtmusiken Bestellnr.: 2831045	

Informationen

Elementekatalog

(ergänzend zum CdP)

Nationale Elemente (NE)

(KM II - KM IV)

Barren

Hüft-Aufzug
Hüftumschwung vw.
(Hüftumschwung rw. ist A-Element)
Aufhocken oder Aufbücken
Sohlwellumschwung gehockt
(- Sohlwellumschwung gebückt (A-Element))
Riesenfelgaufschwung
Rückschwung ab 90° ARW
Felgabschwung (Abgang)
auch mit Aufgrätschen/-bücken

Nur im NTB oilt:

Strecksprung mit 1/2 Dreh. zur Kippe
Felgabschwung (>45°) – 1/2 Dreh.- Kippe
(Vorschung 1/2 Dreh.-Kippe ist A-Element)
Freie Felge (90°ARW)
(Abzug für freie Felge < 180° entfällt damit)

Boden

Hocksprung
Hocksprung mit 1/2 Dreh.
Bücksprung
Bücksprung mit 1/2 Dreh.
Schersprung
Pferdchensprung
Pferdchensprung mit 1/2 Dreh.
Strecksprung mit 1/1 Dreh.
Hockspreizsprung (Pistole)
Felgrolle (kein akrobatisches Element)
Rad
Bogengang rw.
Bogengang vw.

Balken

Strecksprung mit Beinwechsel
Strecksprung mit doppeltem Beinwechsel
Strecksprung mit 1/2 Dreh.
Hocksprung
Pferdchensprung
Schersprung
Rolle vw. (-akrobatisches Element)
Rolle rw. (-akrobatisches Element)
Handstand (2 Sek.)
Spitzwinkelstütz gegrätscht

Abgänge:

Freies Rondat
Überschlag vw.

Nur im NTB oilt:

Angang:
Freies Aufspringen
(Absprung/Landung ein- oder beidbeinig)

Standwaage (2 Sek.)

Tunerische Elemente (TE) ab P5

(KM III (erleichtert) + KM IV)

Barren

Vor- und Rückschweben P5B
Spreizkippaufschwung P7A
(auch als Rückfallkippe) P5A (alter Bonus)
Vorspreizen P5A
Vorhocken alte A6
Spreiz-(Mühl-)umschwung vw. P5A
1/2 Dreh. im Stütz (über das Bein) alte A6
Felgabschwung in der Übung P7B
Rückschwung (60°-90° ARW)*
2-3 Grundschwünge P7B
Niedersprung P7B
Vorschung mit 1/2 Dreh. u. Abdruck P8B

Achtung:

- Rückschwünge unter 60° sind keine TE
und werden zusätzlich mit - 0.3 P. bestraft.
(Das gilt auch vor Aufhocken/Angrätschen etc.)
- Sprung in den Stütz ist kein TE

Boden

Kopfstand P5
Kriewaage P5B
1/2 Dreh. einbeinig relevé P5
Rolle vw. P5
Rolle rw. P5
Handstütz-Abrollen P5
Strecksprung P6A
Strecksprung mit Beinwechsel P6
kleine Felgrolle P6B
Sprungrolle P6A
1/1 Schritt-Drehung P7A
Schweizerhandstand P8B
Tic-Tac (Pendelbogengang) P8B
Spagat quer od. seit P8
Felgrolle mit 1/2 Dreh. im Handstand P9

Balken

Angänge:

Vorspreizen (Überspreizen) P5
Auflaufen (mit Stütz) P6A
Beugestützstand P6B
Sprungaufhocken mit Stütz P7A
Spitzwinkelsitz (Schwebesitz) P5
Heben in den Handstand P9B
Senken in den Seitspagat P9B

1/2 Dreh. beidbeinig P5B
1/2 Dreh. einbeinig relevé P5A
1/2 Dreh. beidbeinig im Hockstand P9
1/2 Dreh. vorgespreiztes Bein >90° P10
Vorhochspreizen (2x) mind. 90° P5
Strecksprung P5
Kriewaage P6B
Rückschwingen zum Liegestütz P7B
Rückspreizen mind. 90° P7B
Handstützposition (flüchtiger Handstand) P6A
Rückschwingen zum Aufhocken P8B

Abgänge:

Hocksprung / Grätschistsprung P5B
Rondat P5
Seithandstand P7B
Handstanddrehung P8B

Wettkämpfe

1 Einzelwettkämpfe (Bezirksentscheide) als Qualifikation zu den NTB-Wettkämpfen

WK-Nr.	1.1 Meisterschaften / Frühjahrspokal	Jahre	Jahrgang	Wettkampfinhalte Sprung / Barren / Balken / Boden
10-001-16	Meisterklasse Altersklasse 16 und älter	16 und älter	1996 und älter	Kür nach FIG, WK I, Code de Pointage 2009
10-001-15	Jugendmeisterschaft Altersklasse 15	15 Jahre	1997	Kür FIG, Wettkampf I, Code de Pointage 2009 Besondere Anforderung: Abgang C = 0.5 Punkte, Abgang B = 0.3 Punkte
10-001-14	Jugendmeisterschaft Altersklasse 14	14 Jahre	1998	
10-001-13	Jugendmeisterschaft Altersklasse 13	13 Jahre	1999	
10-001-12	Jugendmeisterschaft Altersklasse 12	12 Jahre	2000	
10-001-11	Jugendmeisterschaft Altersklasse 11	11 Jahre	2001	
10-002-11	Rahmenwettkampf Altersklasse 11	11 Jahre	2001	P10 Höhe 1.25m/ P10 / P10 / P10 A-Note 10 Punkte
10-001-10	Schülerinnenmeisterschaft Altersklasse 10	10 Jahre	2002	P7 Höhe 1.20m - Federbrett / P9B / P9B / P9B A-Note 9 Punkte
10-002-10	Frühjahrspokal (Häschen-Cup) Altersklasse 10	10 Jahre	2002	P7 Höhe 1.20m - Federbrett / P9B / P9B / P9B A-Note 9 Punkte
10-001-09	Schülerinnenmeisterschaft Altersklasse 9	9 Jahre	2003	P7B Höhe 1.10m - Federbrett / P8B / P8B / P8B A-Note 8 Punkte
10-002-09	Frühjahrspokal (Häschen-Cup) Altersklasse 9	9 Jahre	2003	P7B Höhe 1.10m - Federbrett / P8B / P8B / P8B A-Note 8 Punkte
10-001-08	Schülerinnenmeisterschaft Altersklasse 8	8 Jahre	2004	P6B / P6B / P7B / P6B A-Note 6 Punkte (*Leitfaden beachten)
10-002-08	Frühjahrspokal (Häschen-Cup) Altersklasse 8	8 Jahre	2004	P6B / P6B / P7B / P6B A-Note 6 Punkte (*Leitfaden beachten)
10-001-07	Pumuckl-Cup Altersklasse 7	7 Jahre	2005	P5B / P5B / P5B / P5B A-Note 5 Punkte (*Leitfaden beachten)
10-002-07	Frühjahrspokal (Häschen-Cup) Altersklasse 7	7 Jahre	2005	P5B / P5B / P5B / P5B A-Note 5 Punkte (*Leitfaden beachten)
WK-Nr.	1.2 Bezirksentscheid	Jahre	Jahrgang	Wettkampfinhalte Sprung / Barren / Balken / Boden
11-020-1	Deutschland Cup - Kür	18 bis 29 Jahre	1994 bis 1995	Kürwettkampf KM2
11-020-2	Deutschland Cup - Kür	16 und 17 Jahre	1996 / 1995	Kürwettkampf KM2
11-020-3	Deutschland Cup - Kür	14 und 15 Jahre	1998 / 1997	Kürwettkampf KM2
11-020-4	Deutschland Cup - Kür	12 und 13 Jahre	2000 / 1999	Kürwettkampf KM2
11-030-1	Niedersachsen Cup - Kür	18 bis 29 Jahre	1994 bis 1983	Kürwettkampf KM3 mit Bonus
11-030-2	Niedersachsen Cup - Kür	16 und 17 Jahre	1996 / 1995	Kürwettkampf KM3 mit Bonus
11-030-3	Niedersachsen Cup - Kür	14 und 15 Jahre	1998/ 1997	Kürwettkampf KM3 mit Bonus
11-030-4	Niedersachsen Cup - Kür	12 und 13 Jahre	2000 / 1999	Kürwettkampf KM3 mit Bonus
11-040-1	Niedersachsen Cup – Pflicht (Häschen-Cup)	11 und 12 Jahre	2001 / 2000	Pflichtwettkampf wahlweise Sprung: P9B oder P10A / P10B Barren: P8B oder P9B Balken: P8B oder P9B Boden: P8B oder P9B A-Note der jeweiligen Leistungshöhe
11-040-2	Niedersachsen Cup – Pflicht (Häschen-Cup)	9 und 10 Jahre	2003 / 2002	Pflichtwettkampf wahlweise, Sprung: P7, Barren: P6B, P7B, P8B Balken: P7B, P8B Boden: P6B*, P7B, P8B *mit der Änderung P6B-AK-Wettkampf A-Note der jeweiligen Leistungshöhe

*zu den NTB-Wettkämpfen gibt es Anpassungen. Diese sind im Abschnitt Wettkämpfe, **Änderungen NTB**, aufgeführt.

Wettkämpfe

WK-Nr.	1.3 Seniorenmeisterschaften	Jahre	Jahrgang	Wettkampfinhalte Sprung / Barren / Balken / Boden
12-001 12-002	Seniorenmeisterschaft 1a Seniorenmeisterschaft 1b	30 bis 34 Jahre 35 bis 39 Jahre	1982 bis 1978 1977 bis 1972	Kürwettkampf KM3
12-003 12-004	Seniorenmeisterschaft 2a Seniorenmeisterschaft 2b	40 bis 44 Jahre 45 bis 49 Jahre	1972 bis 1968 1967 bis 1963	Kürwettkampf KM3 Geräte: Sprung, Stufenbarren, Bank, Boden
12-005 12-006 12-007 12-008 12-009 12-010 12-011	Seniorenmeisterschaft 3a Seniorenmeisterschaft 3b Seniorenmeisterschaft 3c Seniorenmeisterschaft 3d Seniorenmeisterschaft 3e Seniorenmeisterschaft 3f Seniorenmeisterschaft 3g	50 bis 54 Jahre 55 bis 59 Jahre 60 bis 64 Jahre 65 bis 69 Jahre 70 bis 74 Jahre 75 bis 79 Jahre 80 Jahre und älter	1962 bis 1958 1957bis 1953 1952bis 1948 1947 bis 1943 1942bis 1938 1937 bis 1933 1932 und älter	Kürwettkampf KM4 Dreikampf, Geräte wahlweise: Stufenbarren (unterer Holm), Bank, Boden, Parallelbarren
	1.4 Einladungswettkampf	Jahre	Jahrgang	
	Perspektivwettkampf	7 bis 9 Jahre	2005 - 2003	Einladung nach den Landesmeisterschaften, Ausschreibung NTB

2 Mannschaftswettkämpfe (Bezirksentscheide) als Qualifikation zu den NTB-Wettkämpfen

WK-Nr.	Ligawettkämpfe	Stärke	Jahre	Jahrgang	Wettkampfinhalte Sprung / Barren / Balken / Boden
21-001	Oberliga	15 Ti maximal, 8/5/4	12 Jahre und älter	2000 und älter	Gültige Ligaordnung des NTB Kürwettkampf FIG Code de Pointage Abgang B 0,3 Pkte, Abgang C 0,5 Pkte
21-002	Verbandsliga	15 Ti maximal, 8/5/4	12 Jahre und älter	2000 und älter	Gültige Ligaordnung des NTB Kürwettkampf KM2
21-003	Landesliga	15 Ti maximal, 8/5/3	11 Jahre und älter	2001 und älter	Gültige Ligaordnung des NTB Kürwettkampf KM3 mit Bonus
21-004	Landesklasse	15 Ti maximal, 8/5/3	9 bis 12 Jahre	2003 bis 2000	Gültige Ligaordnung des NTB Pflichtwettkampf wahlweise Sprung: P8B, P9B, P10A/P10B Barren: P7B, P8B, P9B, P10 Balken: P7B, P8B, P9B, P10B Boden: P7B, P8B, P9B, P10B eine Turnerin darf einem älteren Jahrgang angehören

Wettkämpfe

Änderungen für die NTB-Wettkämpfe (Bezirksentscheide als Qualifikation):

Sprung:

P5B

Handstützüberschlag in Rückenlage (Schiffchenhaltung), Mattenberg Höhe 0.60m, Juniorsprungbrett

P6B:

Handstützüberschlag in Rückenlage (Schiffchenhaltung), Mattenberg Höhe 0.90m, Juniorsprungbrett

Barren / Reck:

P5B

Reck oder Barren unterer Holm, als Unterlage Weichboden 30cm möglich, kleiner Kasten für den Absprung bei Geräthöhe 1.70m

Balken:

P5B:

statt Rolle vw :Aufschwingen in den flüchtigen Handstand, bis 10° Abweichung, Abgang: 2 – 3 Schritte Anlauf – beidbeiniger Absprung – Grätschwinkelsprung

Boden:

P5B

Raumweg über die Diagonale,

Nr. 2:

Kniestandwaage,

Senken in den Fersensitz,

Aufrichten in den Stand,

Arme in Seithalte;

P6B

Nr. 3a

Vorhochspreizen eines Beines

(mind. 135°), Verbindung:

Handstütz-Überschlag seit-

warts mit ¼ Drehung gegen

die Bewegungsrichtung, bei

der Landung Schließen der Beine

in den Stand, Arme in Tiefvorhalte,

beidbeiniger Absprung,

Flick-Flack mit gespreizten

Beinen und einbeiniger Landung

(Menicelli), Schließen der Beine,

Strecksprung mit Beinwechsel,

Landung rechts hinter

links in der dritten Position, Arme in

Hochhalte,

Wiederholung mit Landung

links hinter rechts;

Bonus-Regelung:

Für die KM3 gelten folgende Bonuselemente je 0.5 Pkte (Anerkennung nur, wenn Abzug 0.3 Punkte und weniger):

Stufenbarren: a) 2 unterschiedliche Kippen, b) Abgang Salto aus der Verbindung.

Schwebebalken: a) Akrobatisches Element mit Flug, b) gymnastisches Element ab B

Boden: a) 1 akrobatische Verbindung mit Salto, b) freier Überschlag, freies Rad oder Salto

(Um am Boden beide Boni durch Salti zu erhalten, müssen die Salti unterschiedlich sein.)

Musiken: (die Musiken sind während der „Kurzeinturnzeit am Boden“ auf Abspielbarkeit zu testen)

eigene Musiken auf CD,

Kürmusiken:

für jede Turnerin eine eigene, mit dem Vereinsnamen und dem Namen der Turnerin beschriftete CD.

Pflichtmusiken:

offizielle CD des DTB für die B-Variante verpflichtend,

für die A-Variante eigene Musiken auf CD möglich: für jede Turnerin eine eigene, mit dem Vereinsnamen und dem Namen der Turnerin beschriftete CD, Länge der Musiken gem. Aufgabenbuch Seite 111.

Wettkämpfe

Geräthöhen für die Bezirksentscheide (Qualifikationswettkämpfe zum NTB):

Die unten angegebenen Geräthöhen gelten für die Wettkämpfe, die im Turnbezirk als Qualifikationswettkämpfe zum NTB ausgetragen werden.

Sprung: (Messung ab Boden)

Pumuckl-Cup / Frühjahrspokal: (AK 7) Mattenberg, Höhe 0.60m, Juniorsprungbrett

Altersklasse 8 / Frühjahrspokal: Mattenberg, Höhe 0.90m, Juniorsprungbrett

Altersklasse 9 / Frühjahrspokal: Sprungtisch, Höhe 1.10m, Federbrett

Altersklasse 10 / Frühjahrspokal: Sprungtisch, Höhe 1.20m

Altersklasse 11: Sprungtisch, Höhe 1.25m

Ab Altersklasse 12: Norm gem. FIG

KM2: Sprungtisch, Höhe 1.25m

KM3: Sprungtisch, Höhe 1.25m

Niedersachsen-Cup Pflicht Sprungtisch, , Federbrett
9/10 Jahre Höhe 1.10m
11/12 Jahre Höhe 1.20m / 1.25m

Oberliga: }
Verbandsliga, } gem. Ligaordnung
Landesliga: }
Landesklasse: }

Seniorinnen: gem. DTB-Ausschreibung

Reck / Stufenbarren:

Höhe 1,50m / 2,30m ab Mattenoberkante, +/- 1cm.

Die Messung erfolgt direkt an der Kante der Metallhülsen an der Oberseite der Holme, bei voll aufgedrehtem Barren, (innere Diagonale ist dabei 1,80m).

Abweichungen hiervon genehmigt die Wettkampfleitung.

Eine Erhöhung der Holme um 5cm ist bei der Wettkampfleitung zu beantragen.

Pumuckl-Cup / Frühjahrspokal: (AK 7): Reck 1.70m vom Boden,
oder unterer Barrenholm, 1,50m ab Mattenoberkante
als Unterlage Weichboden 30cm möglich, kleiner Kasten für den Absprung

Alle weiteren Wettkämpfe: Stufenbarren

Seniorinnen gem. DTB-Ausschreibung

Schwebebalken: (Messung ab Mattenoberkante)

Pumuckl-Cup / Frühjahrspokal: (AK 7): Balkenhöhe 0.90m,

Altersklasse 8 / Frühjahrspokal: Balkenhöhe 0.90m,

Alle weiteren Wettkämpfe: Balkenhöhe 1.05m,

Seniorinnen gem. DTB-Ausschreibung.

Boden:

Bodenfläche 12 x 12 m, keine Tumblingfläche.

Wettkämpfe

3 Einzelwettkämpfe im Turnbezirk (Bezirksfinale)

WK-Nr.	Wettkampf	Jahre	Jahrgang	Wettkampfinhalte Sprung / Barren-Reck / Balken / Boden
	3.1 Bezirksfinale mit Qualifikation in den Turnkreisen			
14-030-1	Weser-Ems-Cup - Kür	16 Jahre und älter	1996 und älter	Kürwettkampf KM3 erleichtert (mit Bonus)
14-030-2	Weser-Ems-Cup - Kür	13 bis 15 Jahre	1999 / 1998 / 1997	Kürwettkampf KM3 erleichtert (mit Bonus)
14-030-31 14-030-32	Weser-Ems-Cup - Schülerinnen	10 und 11 Jahre 12 und 13 Jahre	2002 / 2001 2000 / 1999	Kür-Pflicht gem. P7A, Bezirksausschreibung (mit Bonus)
14-060-70	Weser-Ems-Cup – Pflicht (WWK)	11 und 12 Jahre	2001 / 2000	Pflichtwettkampf wahlweise Sprung: P9B, P10A/B Barren: P7B, P8B, P9B Balken: P8B, P9B Boden: P8B, P9B A-Note der jeweiligen Leistungshöhe
14-060-68	Weser-Ems-Cup – Pflicht (WWK)	9 und 10 Jahre	2003 / 2002	Pflichtwettkampf wahlweise, Sprung: P7 Barren: P6B, P7B, P8B Balken: P7B, P8B Boden: P6B*, P7B, P8B *mit der Änderung P6B-AK-Wettkampf A-Note der jeweiligen Leistungshöhe
14-060-2 14-060-1	Weser-Ems-Cup - Pflicht Weser-Ems-Cup - Pflicht	11 bis 13 Jahre 9 und 10 Jahre	2001 / 2000 / 1999 2003 / 2002	P6B / P6A / P6A / P6A P6B / P6A / P6A / P6A (mit Bonus)
14-050-1 14-050-2 14-050-3	Weser-Ems-Cup - Pflicht Weser-Ems-Cup - Pflicht Weser-Ems-Cup - Pflicht	10 und 11 Jahre 9 Jahre 7 und 8 Jahre	2002/ 2001 2003 2005 / 2004	P5B / P5A / P5A / P5A P5B / P5A / P5A / P5A P5B / P5A / P5A / P5A (mit Bonus)
	3.2 Rahmenwettkämpfe ohne Kreisqualifikation			
14-001-06	Bambini-Cup	6 Jahre	2006	Ausschreibung unter Sonderregelung für Bezirkswettkämpfe.
16-001 16-002 16-003 16-004	Nikolaus-Cup	7 Jahre 8 Jahre 9 Jahre 10 Jahre	2005 2004 2003 2002	P4B / P4A / P4A / P4 (mit Bonus)

Wettkämpfe

4 Mannschaftswettkämpfe im Turnbezirk (Bezirksfinale)

Wk-Nr.	Ligawettkämpfe	Stärke	Jahre	Jahrgang	Wettkampfinhalte Sprung / Barren / Balken / Boden
22-001	Bezirksliga	8/5/3	13 Jahre und älter	1999 und älter	Gültige Ligaordnung Turnbezirk Weser-Ems Kürwettkampf KM3 erleichtert (mit Bonus) (eine Turnerin darf jünger sein)
22-003	Bezirksliga Schülerinnen	8/5/3	10 bis 13 Jahre	2002 bis 1999	Gültige Ligaordnung Turnbezirk Weser-Ems Kür-Pflichtwettkampf gem. P7A Bezirksausschreibung (mit Bonus) Turnerinnen des Leistungsbereiches AK9 können beantragt werden.
22-004	Bezirksklasse 1	8/5/3	8 bis 12 Jahre	2004 bis 2000	Gültige Ligaordnung Turnbezirk Weser-Ems Pflichtwettkampf P6B / P6A / P6A / P6A (mit Bonus)
22-005	Bezirksklasse 2	8/5/3	7 bis 10 Jahre	2005 bis 2002	Gültige Ligaordnung Turnbezirk Weser-Ems Pflichtwettkampf P5B / P5A / P5A / P5A (mit Bonus)

Wettkämpfe

Sonderregelungen für Bezirkswettkämpfe (Bezirksfinals)

Kürwettkampf KM3 erleichtert:

Zum Erreichen der Elementgruppenanforderung (EGA) werden neben den Elementen lt. Code und den nationalen Elementen, erweitert durch NTB, (NE) alle turnerischen Elemente (TE) ab einschließlich der P5 anerkannt, (im Aufgabenbuch **fett** gedruckt). Der Schwierigkeitswert ist „0“.

Ausnahmen:

Am Stufenbarren wird ein Rückschwung mit ARW kleiner als 60° **nicht** als TE anerkannt.

Am Balken: Die EGA 2 (Drehung auf einem Bein) kann **nicht** durch ein turnerisches Element erfüllt werden. (z.B. ½ Drehung)

Am Balken gilt zusätzlich die Regelung:

EGA 4: statt akrobatisches Element rw ein weiteres akrobatisches Element mit unterschiedlicher Bewegungsrichtung zum Ersten der EGA 3.

Für die Erfüllung der EGAs ist die Wertigkeit der gezeigten Elemente ohne Bedeutung.
Erläuterungen hierzu im Aufgabenbuch Gerätturnen Frauen, Seite 153

Die turnerischen Elemente P1 bis P4 sind für die KM3 erleichtert nicht zugelassen.

Weser-Ems-Cup Schülerinnen und Bezirksliga Schülerinnen:

Wettkampf gemäß der Leistungshöhe P7A,

für diesen Wettkampf sind die fettgedruckten Elemente des Aufgabenbuches **in der vorgegebenen Reihenfolge** vorzutragen, die weiteren, nicht fettgedruckten Elemente und Verbindungen können ersetzt werden.

für den Sprung gilt folgende Regelung:

-Handstütz-Sprungüberschlag vw

(Sprung 1.00 lt Aufgabenbuch Seite 160)

AW 7.0 Pkte

-Handstütz-Sprungüberschlag vw mit ½ Drehung i.d.ersten und ½ Drehung i.d. zweiten Flugphase,

(Sprung 1.20) lt Aufgabenbuch Seite 160)

AW 8.0 Pkte

Weser-Ems-Cup – Pflicht (P6A):

Balken:

Zugelassen ist folgende Erweiterung entgegen der formalen Ausschreibung des Aufgabenbuches,
es erfolgt kein Abzug wegen zusätzlichem Element:

Seite 89, Nr. 5, nach Arme: Führen der Arme zur Hochhalte mit gleichzeitiger ½ LAD,

Vorbereitung zum Abgang

Wettkämpfe

Bambini-Cup:

Sprung: Langer Kastendeckel einteilig, Sprungbrett, Mattenlage 40cm,
zwei bis drei Schritte Anlauf auf dem Kastendeckel; Aufsprung auf das Sprungbrett,
schnellkräftiger Absprung zum **Strecksprung** mit Landung zum Stand auf der Matte.

Reckübung Bambini - Cup

Nr.		Wert		Abzug		
				k	m	g
1	Aus dem Hang, Anheben der Beine (gehockt), Durchhocken in den Hang rücklings , (Durchbücken erlaubt)	0,2	leichtes Berühren der Reckstange Nachdrücken mit den Füßen	x	x	x
		0,2	ARW nicht ausreichend geöffnet Hüftwinkel im Hang	x	x	
2	Zurückbücken , (Beine gestreckt, Füße anziehen erlaubt) langsames Senken zum Hang	0,5	leichtes Berühren der Reckstange unkontrolliertes Senken Anhocken der Beine unkontrolliertes Senken	x	x	W.d.E.
3	Hüftaufzug zum Stütz	1,5	Schrittstellung/Schwungbeineinsatz Abdruck/Absprung vom Boden zu starker Hüftwinkel ungenügende Körperstreckung		x	W.d.E.
4	Rückschwung 45° , Vorschwung zum Stütz,	0,5	ARW unter 15°			W.d.E.
5	langsamer Felgabzug (Arme und Beine gestreckt)	0,2	unkontrolliertes Senken	x	x	
6	zum Winkelhang 90° (2 Sek. gehalten), Anhocken der Beine und Aufsetzen zum Stand	0,2	nicht 2 Sek. gehalten			W.d.E.

Balken: P3A

Bodenübung Bambini - Cup

Nr.		Wert		Abzug		
				k	m	g
1	Aus dem Seitverhalten: Anspreizen Rad in den Grätschstand (Arme in Hochhalte)	0,5	- Ansatz nicht über Seitverhalten	X	X	
			- Abweichen von der Senkrechten	X	X	X
			- Abweichen aus der Richtung	X	X	
			- ungenügendes Spreizen	X	X	
			- ungenügender ARW	X	X	
			- Landung nicht im Seitverhalten		X	X
2	Verbindung: Rolle vorwärts (aus dem Grätschstand), Strecksprung	0,5 0,2	- fehlende Stützphase	X	X	
			- fehlerhafter Kopfaufsatz	X	X	
			- Nachstützen der Hände		X	
3	Rolle rückwärts in den Bückstand, Aufrichten in den Stand	0,5	- kein deutlicher Handstütz - Landung auf den Knien	X	X	W.d.E.
4	Senken in den Hockstand, Aufstützen vor den Füßen und Rückstrecken der Beine zum Liegestütz vorlings	0,2	- ungenügender Hockstand - passiver / tiefer Stütz - fehlende Linie im Liegestütz	X	X	
5	langsames Senken zur Bauchlage und Vorstrecken der Arme Anheben der Arme(Hochhalte) und Beine zur Schiffchenhalte (2 sec.)	0,2 0,2	- unkontrolliertes Senken	X		
			- falsche Körperhaltung	X		
			- ARW < 180° - falsche Körperhaltung - nicht 2 sec. gehalten	X	X	W.d.E.
6	1/2 LAD mit Armen in Hochhalte zur Schiffchenhalte rücklings (2 sec.) (Vorhalte der Arme erlaubt)	0,2 0,2	- ungleichmäßige Drehung	X		
			- ARW < 180°	X		
			- Abweichen aus der Richtung	X		
			- falsche Körperhaltung - nicht 2 sec. gehalten	X	X	W.d.E.
7	gestreckte Rückenschaukel zurück und vor, Absetzen beider Füße und Aufrichten vorwärts zum Stand.	0,2	- unkontrolliertes Schaukeln - Nachstützen der Hände	X	X	

Wettkämpfe

Bonusregelungen:

abweichend von den DTB / NTB Regelungen gilt für die Wettkämpfe, die nur im Turnbezirk Weser-Ems geturnt werden:

Im Wettkampf **Weser-Ems Cup Kür und Bezirksliga** können Bonuselemente (0.5Pkte) gewählt werden.

Stufenbarren: a) 2 unterschiedliche Kippen, b) Abgang Salto aus der Verbindung.
Schwebebalken: a) Akrobatisches Element mit Flug, b) gymnastisches Element ab B
Boden: a) 1 akrobatische Verbindung mit Salto, b) freier Überschlag, freies Rad oder Salto
(Um am Boden beide Boni durch Salti zu erhalten, müssen die Salti unterschiedlich sein.)

Im Wettkampf **Weser-Ems-Cup Schülerinnen und Bezirksliga Schülerinnen**, können Bonuselemente (0.5 Pkte) gewählt werden.

Stufenbarren: a) am unteren oder oberen Holm: Kippe, **Rückschwung 90°** - Umschwung,
b) **Riesenfelgaufschwung**
Schwebebalken: a) nach Nr. 2 (Standwaage) 1-2 Schritte vw und **Bogengang rw**,
b) Abgang **Salto vw** (statt Überschlag).
Boden: a) Schritt – Anhüpfer – Rondat – **Flick-Flack**, - Strecksprung – Felgrolle,
b) Heben in den **Schweizerhandstand – Abrollen** (anstatt Handstandabrollen).

In den **Pflichtwettkämpfen P4 bis P6** können die nachfolgenden Elemente ausgetauscht/ergänzt werden. Jedes ausgetauschte/ergänzte Element wird mit einem Wert von 0,5 Punkten bonifiziert.

P4A

Reck:

Zusätzlich in Nr. 1 nach dem Stütz: **Rückschwung (mindest ARW 45°), Felgumschwung**

Schwebebalken:

in Nr. 3 nach ¼ LAD: **Hocksprung**, dann direkt weiter mit Nr. 4.

Boden:

In Nr. 1 nach Handstand: **Abrollen mit gestreckten Armen**

P5A

Reck:

Anstatt Nr. 4 Felgabschwung:

Vorschwung, Rückschwung, Aufgrätschen, Grätschfelgabschwung in den Stand

Schwebebalken:

Anstatt Nr. 2 Pferdchensprung

Anspreizen, Aufschwingen in den flüchtigen Handstand (Abweichung max 20°) Rücksenken zum Stand

Boden:

Anstatt Nr. 5 Rolle rückwärts gehockt:

**Senken über die gestreckten Beine zur Rolle rückwärts mit gestreckten Armen
(über die gestreckten Beine) in den Stand.**

P6A

Stufenbarren, unterer Barrenholm:

Anstatt Nr. 1 Hüftaufzug:

Schwebekippe in den Stütz.

Schwebebalken:

Anstatt Nr. 4 Schwingen in die Handstütz-Position mit oder ohne Scheren der Beine (flüchtiger Handstand):

Aufschwingen in den Handstand (2 sek gehalten).

Boden:

In Nr. 2 anstatt Rolle rückwärts über den hohen Hockstütz: **Felgrolle in den Handstand, Abbücken zum Stand**, dann weiter mit Strecksprung

Wettkämpfe

Geräthöhen für die Bezirkswettkämpfe (Bezirksfinals):

Die unten angegebenen Geräthöhen gelten für die Wettkämpfe, die im Turnbezirk enden,

Sprung: (Messung ab Boden)

Weser-Ems-Cup Kür, Bezirksliga (KM3 (erleichtert)):	Sprungtisch Höhe 1.25m
Weser-Ems-Cup Schülerinnen, Bezirksliga Schülerinnen (P7A) :	Sprungtisch, 10 / 11 Jahre Höhe 1.10m; 12 / 13 Jahre Höhe 1.20m
Weser-Ems-Cup Pflicht (WWK):	11 und 12 Jahre: Sprungtisch, 1.20m / 1.25m 9 und 10 Jahre: Sprungtisch, 1.10m
Weser-Ems Cup Pflicht, Bezirksklasse 1 (P6B):	Sprungtisch, Mattenberg Höhe 1.10m, Juniorsprungbrett Federbrett, bis 10 Jahre Doppelbrett erlaubt.
Weser-Ems Cup Pflicht, Bezirksklasse 2 (P5B):	7 und 8 Jahre, Mattenberg, Höhe 0.60m, Juniorsprungbrett, Federbrett 9 bis 11 Jahre, Mattenberg, Höhe 0.90m, Juniorsprungbrett, Federbrett Es ist als Orientierungshilfe für den Einsprung eine max. 2cm hohe Matte vor bzw. auf dem 1. Drittel des Brettes erlaubt.
Nikolaus-Cup (P4B):	7 und 8 Jahre, Mattenberg, Höhe 0.60m, Juniorsprungbrett, Federbrett 9 und 10 Jahre, Mattenberg, Höhe 0.90m, Juniorsprungbrett, Federbrett Es ist als Orientierungshilfe für den Einsprung eine max. 2cm hohe Matte vor bzw. auf dem 1. Drittel des Brettes erlaubt.
Bambini-Cup AK 6 (P3B):	Langer Kastendeckel einteilig, Sprungbrett, Mattenlage 40cm

Reck / Stufenbarren:

Höhe 1,50m / 2,30m ab Mattenoberkante, +/- 1cm.

Die Messung erfolgt direkt an der Kante der Metallhülsen an der Oberseite der Holme,
bei voll aufgedrehtem Barren, (innere Diagonale ist dabei 1,80m).

Abweichungen hiervon genehmigt die Wettkampfleitung.

Eine Erhöhung der Holme um 5cm ist bei der Wettkampfleitung zu beantragen.

Weser-Ems-Cup Kür, Bezirksliga (KM3 (erleichtert)):	Stufenbarren
Weser-Ems-Cup Schülerinnen: Bezirksliga Schülerinnen (P7A):	Stufenbarren
Weser-Ems-Cup Pflicht (WWK):	Stufenbarren
Weser-Ems-Cup Pflicht, Bezirksklasse 1 (P6A):	Stufenbarren, <u>unterer Barrenholm 1.50m ab Mattenoberkante</u>
Weser-Ems-Cup Pflicht Bezirksklasse 2 (P5A):	<u>Reck, Höhe 1.45m</u> , auf Antrag schulterhoch
Nikolaus-Cup (P4A):	Reck, Höhe mindestens schulterhoch
Bambini-Cup AK 6 Reckübung gem. Leitfaden:	Reck in Hanghöhe, Kastendeckel maximal 45cm seitlich zugelassen

Wettkämpfe

Schwebebalken: (Messung ab Mattenoberkante)

Weser-Ems-Cup Kür, Bezirksliga (KM3 (erleichtert)):	Balkenhöhe 1.05m
Weser-Ems-Cup Schülerinnen: Bezirksliga Schülerinnen (P7A):	Balkenhöhe 1.05m
Weser-Ems-Cup Pflicht (WWK):	Balkenhöhe 1.05m
Weser-Ems-Cup Pflicht, Bezirksklasse 1 (P6A):	Balkenhöhe 0.90m
Weser-Ems-Cup Pflicht Bezirksklasse 2 (P5A):	Balkenhöhe 0.90m
Nikolaus-Cup (P4A):	Balkenhöhe 0.80m
Bambini-Cup AK 6 (P3A):	Balkenhöhe 0.80m, Weichboden 30cm als Zusatz erlaubt.

Boden:

Nikolaus-Cup (P4A), Bambini-Cup AK 6 Ausschreibung gem. Leitfaden:	Mindestens eine Bodenbahn 2x12m,
alle weiteren Wettkämpfe:	Bodenfläche 12 x 12 m, keine Tumblingfläche

Wettkämpfe

Musiken:

(die Musiken sind während der „Kurzeinturnzeit am Boden“ auf Abspielbarkeit zu testen)

Musiken auf CD, Format CD-DA (Compact Disc-Digital Audio, **nicht MP3**), empfohlen wird die Verwendung von Marken-CDs.

abweichend von den Regeln des NTB und DTB für Wettkämpfe, die im Turnbezirk enden:

Nutzen Einzelturnerinnen oder Mannschaften eines Vereins die gleiche Musik, so reicht die Vorlage einer CD, dabei muss sich die entspr. Musik auf Position 1 befinden.

Die entspr. CD ist mit dem Namen des Vereins, der Bezeichnung des Einzel- / Mannschaftswettkampfes und zusätzlich den Namen der Turnerinnen zu beschriften.

Im Allgemeinen gilt folgende Regelung:

Kürmusiken:

für jede Turnerin eine eigene, mit dem Vereinsnamen und dem Namen der Turnerin beschriftete CD.

Für den Bambini-Cup sind eigene Musiken auf CD zugelassen, für jede Turnerin eine eigene, mit dem Vereinsnamen und dem Namen der Turnerin beschriftete CD.

Pflichtmusiken:

offizielle CD des DTB für die B-Variante verpflichtend,

für die A-Variante eigene Musiken auf CD möglich: für jede Turnerin eine eigene, mit dem Vereinsnamen und dem Namen der Turnerin beschriftete CD, Länge der Musiken gem. Aufgabenbuch Seite 111.

Für den Wettkampf P4 sind eigene Musiken auf CD möglich: für jede Turnerin eine eigene, mit dem Vereinsnamen und dem Namen der Turnerin beschriftete CD.

Offene Vereinsausschreibungen

Offene Ausschreibungen von Vereinen im Turnbezirk

Die Ausschreibungen werden durch die ausrichtenden Vereine erstellt, Informationen über die aufgeführten Mail-Anschriften.

WK-Nr.	Wettkampf	Jahre	Jahrgang	Wettkampfinhalte Sprung / Barren-Reck / Balken / Boden
	Delmenhorster Sommer-Cup angelika.tebelmann@t-online.de			Ausschreibung Delmenhorster Turnerbund
	Langeooger Dünen-Cup susannphilipp@arcor.de			Ausschreibung des TB Weser-Ems http://www.ntb-fofline.de/cms_new/sportarten-zielgruppen/leistungs-und-spitzensport/geraetturnen-frauen/ausschreibungen.html
	Küsten-Cup des SV Hage sabine.groeneveld@web.de			Ausschreibung SV Hage

Anhang

Verhalten von Turnerinnen, Trainerinnen / Trainern, Betreuerinnen / Betreuern. Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.

Bestimmungen für die Turnerin

Die Turnerin muss über den Wettkampfablauf und die Wertungsvorschriften informiert sein und sich den Regeln entsprechend verhalten.

Allgemeine Wettkampfbestimmungen

- Die Turnerin muss sich dem Kampfgericht am Gerät zu Beginn und Ende der Übung vorstellen.
- Sie hat darauf zu achten, dass ihr zu Beginn der Übung das Kampfgericht das Zeichen zum Übungsbeginn gibt.
- Sie hat dann innerhalb von 30 Sekunden die Übung zu beginnen.
- Bei einem Sturz am Stufenbarren/Reck verfügt die Turnerin über eine Karenzzeit von 30 Sekunden um sich erneut vorzubereiten oder sich mit ihrem Trainer zu beraten bevor sie die Übung wieder aufnimmt.
- Bei einem Sturz am Schwebebalken verfügt die Turnerin über eine Karenzzeit von 10 Sekunden um sich erneut vorzubereiten oder sich mit ihrem Trainer zu beraten bevor sie die Übung wieder aufnimmt.
- Nach Beendigung der Übung muss die Turnerin unverzüglich das Gerät verlassen.
- Falls die Übung ohne Verschulden der Turnerin unterbrochen wurde, darf sie die Übung mit Genehmigung der Wettkampfleitung wiederholen.
- Bei dringender Notwendigkeit den Innenraum der Wettkampffläche zu verlassen muss sich die Turnerin bei der Wettkampfleitung abmelden.
Dies gilt auch, wenn die Umkleidräume aufgesucht werden müssen.
- Das Verlassen des Innenraums der Wettkampffläche / des Wettkampfbereiches ohne Abmeldung führt zur Disqualifikation.
- Während des Wettkampfes darf die Turnerin nicht mit dem im Einsatz befindlichen Kampfgericht sprechen.
- Die Einnahme von Verpflegung auf der Wettkampffläche ist nicht zulässig.
Ausnahmen hiervon sind Getränke und kleine Snacks, die die Turnerin mitführt.
- Die Turnerin muss an der Siegerehrung / der Ergebnissbekanntgabe teilnehmen.
Ausnahmen hiervon sind vor Wettkampfbeginn bei der Wettkampfleitung zu beantragen.

Wettkampfkleidung

- Sie hat sportlich korrekte, undurchsichtige Wettkampfkleidung zu tragen, die elegantes Design aufweisen darf.
 - Der Halsausschnitt an der Vorder- und Rückseite des Anzuges darf nicht über die Mitte des Brustbeines und die untere Linie der Schulterblätter hinausgehen.
 - Die Anzüge dürfen mit oder Ärmel sein, die Trägerbreite bei ärmellosen Anzügen muss mindestens 2 cm betragen.
 - Der Beinausschnitt des Anzuges darf nicht über die Leistenbeuge (maximum) hinausgehen.
- Im Mannschaftswettkampf muss der Anzug für die Mannschaft beim Übungsvortrag einheitlich sein.
- Das Tragen von Schmuck (Hals- und Armbänder / Fußkettchen) ist nicht erlaubt, nur Ohrstecker sind gestattet.
- Hüft- oder andere Polster sind nicht erlaubt. Bandagen sind zulässig, sie sind zuverlässig zu befestigen.
- Riemchen sind am Stufenbarren erlaubt.
- Das Tragen von Turnschuhen incl. Söckchen ist der Turnerin freigestellt.
- Das Tragen von Hosen oder Sportanzügen während des Übungsvortrages / der Siegerehrung / der Ergebnissbekanntgabe ist nicht zulässig, während des Ein- und Ausmarsches und bei den Wartezeiten an den Geräten jedoch zulässig.

Anhang

Verhalten von Turnerinnen, Trainerinnen / Trainern, Betreuerinnen / Betreuern. Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.

Gebrauch von Magnesia

- ❑ Übertriebener Gebrauch von Magnesia beim Präparieren der Holme ist nicht gestattet, da es sichtbehindernd und gesundheitsschädigend wirken kann.
- ❑ Am Schwebebalken dürfen kleine Markierungen angebracht werden.
- ❑ Magnesia auf der Bodenfläche ist nicht erlaubt. Kleine Markierungen, z.B. „X“ sind als Orientierung für schwierige akrobatische Elemente gestattet.

Veränderungen an den Geräten

- ❑ Eine zusätzliche Weichmatte (bis 10 cm) auf der Niedersprungmatte (20 cm) ist erlaubt.
- ❑ Wenn die Turnerin am Stufenbarren im Hang mit den Füßen oder dem Gesäß die Matte berührt, darf sie mit Genehmigung der Wettkampfleitung beide Holme um 5 cm erhöhen. Diese Erhöhung ist vor Einturnbeginn bei der Wettkampfleitung anzumelden.
- ❑ Ausgelegte und von der Wettkampfleitung genehmigte Sprungbretter müssen an dem jeweiligen Gerät verbleiben. Sie können dann von allen Turnerinnen an diesem Gerät genutzt werden.

Einturnzeit

Abweichend von den nachfolgenden Regeln kann eine geänderte Einturnzeit durch die Wettkampfleitung festgelegt werden.

- ❑ Es steht jeder Turnerin unmittelbar vor dem Wettkampf eine Einturnzeit zur Verfügung.
 - Sprung minimum von 2 Sprüngen,
 - Stufenbarren 50 Sekunden, einschließlich Präparieren der Holme,
 - Schwebebalken 30 Sekunden,
 - Boden 30 Sekunden.

Im Mannschaftswettkampf verfügt die Mannschaft über die gesamte Einturnzeit.
(Am Sprung minimum von 2 Sprüngen, ansonsten 30 Sekunden pro Turnerin).

Die Mannschaft hat darauf zu achten, dass innerhalb der Einturnzeit jede Turnerin der Mannschaft Einturnmöglichkeit erhält.

- ❑ Das Ende der Einturnzeit wird an jedem Gerät durch das Kampfgericht signalisiert. Befindet sich zu diesem Zeitpunkt eine Turnerin am Gerät oder ist sie geistig und physisch zum Sprung vorbereitet, darf sie das begonnene Element oder die Sequenz bzw. den Sprung zu Ende turnen.
- ❑ Nach der Einturnzeit oder während einer „Wettkampfpause“ darf das Gerät präpariert, aber nicht daran geturnt werden.

Anhang

Verhalten von Turnerinnen, Trainerinnen / Trainern, Betreuerinnen / Betreuer. Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.

Bestimmungen für die Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer

Die Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer müssen über den Wettkampfablauf und die Wertungsvorschriften informiert sein und sich den Regeln entsprechend **fair** und **sportlich** verhalten, insbesondere

- ❑ an den Geräten,
- ❑ beim Ein- und Ausmarsch und beim Riegenwechsel,
- ❑ während der Siegerehrung / der Ergebnissbekanntgabe.
- ❑ Die Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer sind gehalten, ordnungsgemäße Sportbekleidung zu tragen.
Bei entspr. Zuwiderhandlung kann die Wettkampfleitung den Aufenthalt im Wettkampfbereich untersagen.
- ❑ Die Einnahme von Verpflegung auf der Wettkampffläche ist nicht zulässig.
Ausnahmen hiervon sind Getränke und kleine Snacks, die die Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer mitführen.

Erlaubte Anzahl Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer im Innenraum der Wettkampffläche

- ❑ Im Einzelwettkampf 1 Trainerin / Trainer / Betreuerin / Betreuer je Turnerin.
- ❑ Im Mannschaftswettkampf 2 Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer.

Erlaubt ist der Aufenthalt der Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer:

- ❑ Auf der Mattenfläche während der Einturnzeit:
 - Am Sprung zur Vorbereitung des Sprungbrettes und der Sicherheitsmatte (2 Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer),
 - Am Sprung, am Stufenbarren und am Schwebebalken zur Vorbereitung der zusätzlichen Weichmatte (2 Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer).
 - Am Stufenbarren zum Einstellen und Präparieren der Holme (2 Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuer).
- ❑ Auf der Mattenfläche, wenn der Übungsbeginn durch das Kampfgericht freigegeben wurde:
 - Am Stufenbarren zum Entfernen des Sprungbrettes und zur Sicherheitsstellung während der gesamten Übung (1 Trainerin/ Trainer / Betreuerin / Betreuer)
 - Am Schwebebalken zum Entfernen des Sprungbrettes (1 Trainerin / Trainer / Betreuerin / Betreuer), die / der danach sofort die Mattenfläche verlassen muss).
 - An allen Geräten im Falle von Verletzungen oder Defekten am Gerät.
 - Neben der Mattenfläche am Sprung, am Stufenbarren und am Schwebebalken um die Turnerin während der Karenzzeit bei einem Sturz zu beraten.
 - In Ausnahmefällen an den Geräten Sprung und Schwebebalken, sofern die Schwierigkeit eines Elementes / des Abgangs eine **Sicherheitsstellung** erforderlich macht.
Dieses ist jedoch **vor Wettkampfbeginn bei der Wettkampfleitung zu beantragen**.
- ❑ Unmittelbar nach einem Wettkampfdurchgang bzw. während der nächsten Einturnzeit beim Kampfgericht Informationen über die abgegebene Wertung (z.B. Ausgangswert, Abzüge) einzuholen. Hierbei darf allerdings der Wettkampf nicht verzögert oder das Kampfgericht beeinflusst werden.

Fachliche Hinweise zur abgegebenen Wertung durch die Kampfgerichte dürfen erst nach Beendigung des entspr. Durchganges eingeholt werden.

Anhang

Verhalten von Turnerinnen, Trainerinnen / Trainern, Betreuerinnen / Betreuern. Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.

Es ist den Trainerinnen / Trainer / Betreuerinnen / Betreuern nicht gestattet:

- Während der Übung mit der Turnerin zu sprechen, ihr Zeichen zu geben oder ihr zuzurufen usw.
- Die Sicht des Kampfgerichtes zu behindern
 - während des Aufenthaltes auf der Mattenfläche bei **Sicherheitsstellung** am Sprung, Stufenbarren und Schwebebalken.
 - beim Entfernen des Sprungbrettes.
- Gegen die Rechte anderer zu verstoßen.

Verwarnregeln

Die Verwarnregeln richten sich nach den Bestimmungen und Ausführungen des Code de Pointage. Sie gelten gleichermaßen für Turnerinnen und Trainerinnen / Trainer, Betreuerinnen / Betreuer.

Die Verwarnungen im NTB-Turnbezirk Weser-Ems werden ausschließlich durch die Wettkampfleitung ausgesprochen.

- Gelbe Karte:

Bei grobem, unsportlichen Verhalten wird dieses durch eine Verwarnung geahndet.

- Rote Karte:

Bei erneuter Verwarnung wird die Turnerin, die Trainerin / der Trainer, die Betreuerin / der Betreuer für den stattfindenden Wettkampf (ggf. auch mehrtägig) des Innenraumes der Wettkampffläche verwiesen.

- Die Abzüge für die Turnerin bei Verstoß ihrer Trainerinnen / Trainer, Betreuerinnen / Betreuer gegen die Wettkampfbestimmungen regeln die Bestimmungen des Code de Pointage.
- Die Abzüge für die Turnerin bei eigenem Verstoß gegen die Wettkampfbestimmungen regeln die Bestimmungen des Code de Pointage.
- Die Abzüge für eine Mannschaft oder die in der Mannschaft turnenden Turnerinnen, z.B. bei uneinheitlichem Anzug, richten sich nach den Bestimmungen des Code de Pointage.

Disqualifikation

Eine Disqualifikation wird durch die Wettkampfleitung ausgesprochen:

- Wenn eine Turnerin sich in grober Weise unsportlich verhält und eine Ahndung durch eine gelbe / rote Karte (Verwarnregel) nicht mehr ausreichend ist.
- Wenn eine Turnerin den Wettkampf vor der Siegerehrung / Ergebnissbekanntgabe verlässt, ohne sich bei der Wettkampfleitung abzumelden.
- Wenn eine Mannschaft den Wettkampf vor der Siegerehrung / Ergebnissbekanntgabe verlässt, ohne sich bei der Wettkampfleitung abzumelden.

Anhang

Verhalten von Turnerinnen, Trainerinnen / Trainern, Betreuerinnen / Betreuern. Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Der Turnbezirk Weser-Ems und der Ausrichter erstellt Foto- und Videoaufnahmen, die danach für verbandseigene Druckerzeugnisse (z.B. NTB-Magazin, Flyer), unsere Fachbereichshomepage (www.NTB-infoline.de/geraeturnen_frauen) und zur öffentlichen Medienberichterstattung benutzt werden.

Der Turnbezirk Weser-Ems bzw. der Ausrichter wird nur ästhetisch ansprechende und unverfängliche Fotos publizieren.

Videos werden auch zur Trainer- und Kampfrichterschulung erstellt.

Presseberichterstattung lassen wir auf unseren Veranstaltungen grundsätzlich zu.

Wenn gegen dieses Verfahren Einwände bestehen, sind sie mit Betreten des Veranstaltungsortes der Wettkampfleitung mitzuteilen.