

# Turnkreis Osterode „Hexenderby“

**17. März 2012**

(Stand: 05.12.2011)

**Meldeschluss: 10. März 2012**

**Meldungen und Info`s:**

**Marianne Dietrich**

**E-Mail: [mariannedietrich@hotmail.de](mailto:mariannedietrich@hotmail.de)**

**Startgeld: 4,00 € pro gemeldeten Wettkämpfer  
(Nachmeldungen 8,00 € pro Wettkämpfer)**

**Kampfrichter: pro angefangene 5 Wettk. 1 Kampfrichter  
(pro fehlender Kampfrichter: 15.00 € Strafgeld)**

# TURNKREIS Osterode

## Hexenderby der Mädchen und Jungen

### Alterseinteilung und Zusammenstellung der Übungen

#### Alterseinteilung

- Startberechtigt sind alle Mädchen und Jungen aus den teilnehmenden Vereinen der Jahrgänge 2005 bis 1998 (5 bis 14 Jahre).
- Turnerinnen und Turner, die 2011/2012 an höhergestellten Wettkämpfen (Kreismeisterschaften, Herbstmeisterschaften oder auf höherer Ebene) teilgenommen haben, **sind nicht startberechtigt**.

#### Zusammenstellung der Übungen

- Der Wettkampf wird als Geräte-Vierkampf geturnt. Der Teilnehmer/in darf aus allen fünf Geräten wählen (Sprung, Reck, Balken, Parallelbarren, Boden).
- Jeder Teilnehmer/in kann sich nach eigenem Leistungsvermögen seine Übung aus dem Teilekatalog zusammenstellen. **Maximal vier** Teile werden je Übung mit Grundpunkten bewertet.
- Es werden nur die Elemente bewertet, die auf der Wettkampfkarte angegeben sind.

#### Auswertung

- Die Auswertung erfolgt grundsätzlich nach Einzeljahrgängen. Sind in einem Jahrgang **weniger als 3 Teilnehmer/in**, wird dieser mit dem **nächst älteren Jahrgang** zusammen gewertet.

#### Anleitung zur Vorbereitung und Ausfüllen der Wettkampfkarten

- Der ÜL muss für jeden Teilnehmer/in eine Wettkampfkarte ausdrucken.
  - Seite 4-5 auf eine Seite und Seite 6-7 auf die Rückseite
  - Wenn Probleme beim Ausdrucken auftreten, meldet euch bitte, dann senden wir euch eine Kopiervorlage zu.
- Auf dieser müssen die Übungsteile, die von dem jeweiligen Teilnehmer gezeigt werden, in der richtigen Reihenfolge (Ziffer 1-4) eingetragen werden.

# Wertungsbestimmungen

## Grundpunkte

- Bei erkennbar technisch korrekter Ausführung des Übungsteiles sind die im Teilekatalog aufgeführten Grundpunkte zu vergeben.

## Abzüge

Es gilt die allgemeine Fehlerabzugstabelle, die im DTB Aufgabenbuch für Gerätturnen aufgeführt ist.  
Weitere Abzüge:

Wiederholung 1x	- 0,2
Wiederholung mehr als 1x	keine Wertung
vorsagen	- 0,1 pro Teil
falsche Reihenfolge	- 0,2
Hilfestellung	keine Wertung
Gerätspezifische Abzüge:	
Boden:	
Fehlender Strecksprung nach der Rolle vw.	0,5
Sprung:	
Deutliche Sitzhocke	0,5

## Bemerkungen:

### Sprung:

- Es wird nur mit Reuterbrettern gesprungen (keine „Hochleistungsbretter“)

### Balken:

- Es muss kein Angang, jedoch ein Abgang gezeigt werden.
- Einzusätzliches Hilfsmittel (kl. Kasten, Sprungbrett, kl. Matte) ist erlaubt.

<b>Schwebebalken</b> ( 8 0 c m v o n M a t t e n o b e r k a n t e )		Grund-	Aus-	Kari	Kari
Übungsteile		punkte	wahl	1	2
1.	Gehen über das Gerät vorwärts im Ballengang	0,5			
2.	Gehen über das Gerät rückwärts im Ballengang	1,0			
3.	3 Schritte seitwärts, im Ballenstand	1,0			
4.	1/2 Drehung im Ballenstand (auf beiden Füßen)	2,0			
5.	Sprung in den Stütz, Überspreizen in den Reitsitz	2,0			
6.	Vorhochspreizen rechts, links (90°)	2,0			
7.	Strecksprung (Abgang)	2,0			
8.	Strecksprung	2,5			
9.	Hocksprung oder Grätschsprung (Abgang)	2,5			
10.	1/2 Drehung im Hockstand	3,0			
<b>Summe der Grundpunkte</b>					
<b>Zusatzpunkte (maximal 1,5)</b>					
<b>Gesamtpunktzahl</b>					
<b>Mittelwert (Gesamtergebnis)</b>					
<b>Boden</b>		Grund-	Aus-	Kari	Kari
Übungsteile		punkte	wahl	1	2
1.	4 Schritte „Schreiten“ (Abrollen des Fußes vom Ballen zur Ferse)	0,5			
2.	Ganze Schrittdrehung im Ballenstand	1,0			
3.	Strecksprung mit 1/2 Drehung	1,0			
4.	Rolle vorwärts, Strecksprung	1,5			
5.	Pferdchensprung (Bein halten)	1,5			
6.	Rolle rückwärts in den Stand	2,0			
7.	Hocksprung	2,0			
8.	Aus dem Stand Rückrollen in die Kerze, Vorrollen in den Stand	2,5			
9.	Liegestütz – Bauchlage – 1/2 Dreh – Rückenschaukel – Stand	2,5			
10.	Aufschwingen in den flüchtigen Handstand	2,5			
11.	Rad	2,5			
<b>Summe der Grundpunkte</b>					
<b>Zusatzpunkte (maximal 1,5)</b>					
<b>Gesamtpunktzahl</b>					
<b>Mittelwert (Gesamtergebnis)</b>					

# Hexenderby



17. März 2012  
DGH Hattorf

## Hexenderby Wettkampfkarte

Jahrgang: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Verein: \_\_\_\_\_

<b><i>Parallelbarren</i></b>				
Übungsteile	Grund- punkte	Aus- wahl	Kari 1	Kari 2
1. Sprung in den Stütz vom kleinen Kasten	0,5			
2. Vor- und Rückschwingen der Beine im Stütz (dreimal)	1,0			
3. Niedersprung aus dem Außenquersitz in den Außenquerstand	1,0			
4. Vorschwingen in den Außenquersitz	1,5			
5. Vorschwingen und Aufsetzen der Füße auf den Holmen, kurzer Halt und wieder Rückschwingen (Spinne – Po überm Holm)	1,5			
6. Hockstütz (Hüftwinkel kleiner 90°; Oberkörper senkrecht)	2,0			
7. Vorschwingen zum Grätschsitz, Strecksitz mit kurzem Lösen der Hände	2,5			
8. Vorschwingen mit grätschen und schließen der Beine überm Holm	2,5			
9. Wende (Abgang rückwärts) oder Kehre (Abgang vorwärts)	2,5			
10. Vorschwingen zum Grätschsitz, Griff nach vorn und Einschwingen der Beine hinten zum Stütz	2,5			
<b>Summe der Grundpunkte</b>				
<b>Zusatzpunkte (maximal 1,5)</b>				
<b>Gesamtpunktzahl</b>				
<b>Mittelwert (Gesamtergebnis)</b>				

<b><i>Sprung</i> (2 Versuche)</b>		Grund- punkte	Aus- wahl	Kari 1	Kari 2
Übungsteile					
1.	Lauftechnik über 5 Reifen in einer Reihe	2,0			
2.	5 Strecksrünge ohne Pause jedoch mit Landung	2,0			
3.	2-3 Schritte Anlauf – Strecksrung mit Landung auf einer kleinen Matte (beidbeinig)	4,0			
4.	Anlauf Absprung vom Brett - Streckspung auf einem 30 cm Mattenberg	6,0			
5.	Anlauf Absprung vom Brett - Streckspung auf einem 60 cm Mattenberg	8,0			
6.	Auffhocken auf den Kasten, Aufstehen, Streckspung ab (3teilig, längs)	8,0			
7.	Grätsche über den Bock (90 cm – 110 cm)	10,0			
8.	Hocke über den Bock (90 cm – 110 cm)	10,0			
9.	Flugrolle auf den Mattenberg mit Aufstehen in den Stand (60 cm)	10,0			
<b>Summe der Grundpunkte</b>					
<b>Zusatzpunkte (maximal 1,5)</b>					
<b>Gesamtpunktzahl</b>					
<b>Mittelwert (Gesamtergebnis)</b>					
<b><i>Reck</i></b>		Grund- punkte	Aus- wahl	Kari 1	Kari 2
Übungsteile					
1.	Sprung in den Stütz, Rückschwingen in den Stand	0,5			
2.	Sprung in den Stütz, Hüftabzug	0,5			
3.	Klimmzug aus dem Schrägstand	1,0			
4.	Senken i.d.Hockhangstand,drehen rückwärts i.d. Hockhangstand rücklings, Drehen vorwärts in den Hockhangstand	1,5			
5.	Felgunterschwung aus dem Stand (Schwungholen mit einem Bein)	1,5			
6.	Hüftaufschwung in den Stütz (Schwungholen mit einem Bein)	1,5			
7.	Rückschwung ( 45°)	1,5			
8.	Hüftumschwung (vorlings) rückwärts	2,5			
9.	Hüftaufzug in den Stütz	3,0			
10.	Felgunterschwung ohne Schwungebeineinsatz	3,0			
<b>Summe der Grundpunkte</b>					
<b>Zusatzpunkte (maximal 1,5)</b>					
<b>Gesamtpunktzahl</b>					
<b>Mittelwert (Gesamtergebnis)</b>					