

# Ausschreibungen & Termine 2011



## Gaukinderturnfest / Bambini Mehrkampf

<b>Termin</b>	15. Mai 2011
<b>Ort</b>	
<b>Ausrichter</b>	
<b>Wettkampfleitung &amp; Ansprechpartner</b>	Simone Vogel, Brunckstrasse 69, 67133 Maxdorf, <a href="mailto:kinderturnwartin@turngau-rhein-limburg.de">kinderturnwartin@turngau-rhein-limburg.de</a> Frank Drews, Pfortmüllerstrasse 33, 67269 Grünstadt, <a href="mailto:mehrkampf@turngau-rhein-limburg.de">mehrkampf@turngau-rhein-limburg.de</a> Heike Korrell, Aussiedlerhof Korrell 1, 67819 Kriegsfeld, <a href="mailto:elkifachwartin@turngau-rhein-limburg.de">elkifachwartin@turngau-rhein-limburg.de</a>
<b>Meldungen</b>	<b>Mannschaften und Einzelmeldungen, mit Name, Jahrgang, Verein und WK-Nummer,</b> <b>an: <a href="mailto:kinderturnwartin@turngau-rhein-limburg.de">kinderturnwartin@turngau-rhein-limburg.de</a></b> <b>EI – Ki: Anzahl der Paare</b> <b>an: <a href="mailto:elkifachwartin@turngau-rhein-limburg.de">elkifachwartin@turngau-rhein-limburg.de</a></b>
<b>Nachmeldungen</b>	Nachmeldungen werden grundsätzlich nur nach Absprache mit der WK-Leitung und mit doppeltem Meldegeld angenommen. Einzelnachmeldungen oder Änderungen der Mannschaften sind bis 9:00 Uhr möglich. Bei EI – Ki können am WK-Tag noch Paare angemeldet werden, wenn der Verein vorher gemeldet war.
<b>Gebühren</b>	WK 01 – 12 3€ je Teilnehmer, WK 13 3€ pro Paar
<b>Auszeichnungen</b>	WK 01 – 12 Erinnerungsauszeichnung. Der erfolgreichste Verein erhält einen Pokal. WK 13 je Paar eine Medaille.
<b>Siegerehrung</b>	WK 01 – 13 nach Wettkampfende
<b>Allgemeines</b>	Die Wettkämpfe 1-12 werden als Mannschaftswettkampf und als Einzelwettkampf ausgewertet. Dieses Turnfest ist für unsere kleinsten und „Breitensportler“ gedacht. Bitte meldet keine Kinder die Bestenkämpfe oder Meisterschaften geturnt haben. Die Wettkampfstätten dürfen nur von den Kindern, einem Riegenführer und einem Mannschaftsbetreuer betreten werden. <b>Eltern müssen sich außerhalb der Wettkampfstätten aufhalten !!!</b> Die Halle darf nur mit Hallenschuhen betreten werden.
<b>Zeitplan</b>	09:35 Uhr Kampfrichter- und Helferbesprechung 10:00 Uhr Begrüßung 10:10 Uhr Beginn der Wettkämpfe 01- 12 10:10 Uhr Eltern – Kind – Wettbewerb (Start in Vereinsgruppen) -12:00 Uhr

Mannschafts-siebenkampf	WK-Nr.	Mannschaft	Übung	Alter	Jahrgang	Weitsprung	Schlagball
	01	Schülerinnen	P1-P2	5 Jahre u jünger 6 – 7 Jahre	2006 u jünger 2005 - 2004	aus d. Stand	80g
	02	Schülerinnen	P1-P2			aus d. Stand	80g
	03	Schülerinnen	P1-P3	8 – 9 Jahre	2003 - 2002	aus d. Stand	80g
	04	Schülerinnen	P1-P3	10 - 11 Jahre	2001 - 2000	aus d. Stand	80g
	05	Schüler	P1-P2	5 Jahre u jünger	2006 u jünger	aus d. Stand	80g
	06	Schüler	P1-P2	6 – 7 Jahre	2005 - 2004	aus d. Stand	80g
	07	Schüler	P1-P3	8 – 9 Jahre	2003 - 2002	aus d. Stand	80g
	08	Schüler	P1-P3	10 – 11Jahre	2001 - 2000	aus d. Stand	80g
	09	Gemischt	P1-P2	5 Jahre u jünger	2006 u jünger	aus d. Stand	80g
	10	Gemischt	P1-P2	6 - 7 Jahre	2005 - 2004	aus d. Stand	80g
	11	Gemischt	P1-P3	7 – 8 Jahre	2003 - 2002	aus d. Stand	80g
	12	Gemischt	P1-P3	10 – 11 Jahre	2001 - 2000	aus d. Stand	80g

Mädchen- und Jungenmannschaften : 3 Kinder bilden eine Mannschaft, alle werden gewertet.

# Ausschreibungen & Termine 2011



Gemischte Mannschaften: 2 Mädchen und 2 Jungen bilden eine Mannschaft, alle werden gewertet.

WK-Nr.	Mannschaft	Alter	
13	Eltern - Kind	Vereinsgruppe	Wir turnen uns durch die Gerätelandschaft

## Übungen

**1. Weitsprung aus dem Stand: pro Kind 3 Sprünge hintereinander**

**2. Ballweitwurf**

**3. Lauf**

WK 01, 02, 05, 06, 09, 10 – Hindernislauf: Strecke ca. 20m: über eine Schnur ( ca. 20 cm hoch ) springen, unter Kastenteil durchkriechen und um ein Mal, zurück gleicher Weg.

WK 03, 04, 07, 08, 11, 12 – 50m Lauf

**4. Boden:**

P1: 2 – 3 Schritte Anlauf, Absprung zum Strecksprung  
Senken in den Hockstand, Aufstützen d. Hände, Rückstrecken d. Beine zum Liegestütz, Anhocken, Rückstrecken der Beine zum Liegestütz wieder Anhocken, Strecksprung  
Senken über den flüchtigen Hockstand in den Hocksitz, Rückenschaukel gehockt (rück und vorwärts) mit dynamischem Aufrichten ( Hände erlaubt ),  
2 – 3 Schritte gehen im Ballenstand, Schließen d. Beine in den Schlusstand

P2 : Nachstellhüpfer rechts und links, Schließen d. Beine,  
Senken i. d. Hockstand, Aufstützen d. Hände, Rückstrecken d. Beine zum Liegestütz, Senken i. d. Bauchlage, Strecken d. Arme,  
½ Drehung in die Rückenlage, Heben zur Schiffchenhaltung,  
Rückenschaukel rück und vor, Aufrichten (ohne Handstütz) i. d. Stand  
Rolle vorwärts, Strecksprung  
2 – 3 Schritte, Absprung zum Pferdchen – oder Schersprung

P3 : Aus dem Stand, Rolle vorwärts i. d. Stand,  
Senken, Rolle rückwärts i. d. Stand,  
2 Schritte vorw., Schwingen i. d. flüchtigen Handstand, Senken i. d. Schrittst.,  
Aufrichten, 2 Schritte , Schließen d. Beine Absprung Hocksprung,  
1 – 2 Schritte, Rad (Ende gegen die Bewegungsrichtung) , Aufrichten, Schließen d. Beine

**5. Bank / Schwebebalken**

P1 : breite Turnbank:  
Am Bankende Aufsteigen mit Rückspreizen eines Beines,  
3 – 4 Schritte im Ballengang vorwärts gehen,  
Nachstellschritt rechts und links,  
Gehen bis Bankende, beidbeiniger Absprung , Strecksprung.

P2 : umgedrehte Turnbank:  
Am Bankende Aufsteigen mit Rückspreizen eines Beines, Heben i. d. Ballenstand,  
3 – 4 Schritte gehen im Ballengang,  
Nachstellschritt, Schließen d. Beine in die enge Schrittstellung,  
Senken i. d. halbtiefen Hockstand, Strecksprung  
Gehen bis Bankende, beidbeiniger Absprung , Grätsche ( Seitgrätschen und Schließen d. Beine )  
in den Stand

# Ausschreibungen & Termine 2011



- P3: Schwebebalken, Höhe: 1m  
Sprung i. d. Stütz, Überspreizen in den Grätschitz ( Hände stützen hinter dem Körper ), flüchtiger Spitzwinkelstütz  
Anhocken eines Beines, Aufrichten über den Hockstand i. d. Stand  
2 – 3 Schritte im Ballengang, Strecksprung  
2 – 3 Schritte, senken in die Standwaage, aufrichten und vorsetzen des Beines,  
¼ Drehung, Schließen der Beine,  
beidbeiniger Absprung, Strecksprung.

## 6. Sprung:

- P1: Kasten 3-teilig  
2 – 3 x prellen; Aufknien (Aufhocken erlaubt)  
aufrichten und Niedersprung in den Stand
- P2: Sprungbrett, Niedersprung – oder Weichbodenmatte  
3 – 4 Schritte Anlauf, Aufsprung auf Sprungbrett, schnellkräftiger Absprung zum Strecksprung, Landung im Stand auf der Matte
- P3: Sprungbrett, Kasten längs, Höhe: mind. 4-teilig  
Kurzer Anlauf, Aufhocken,  
Aufrichten, Gehen bis zum Kastenende,  
beidbeiniger Absprung, Strecksprung vom Kasten in den Stand

## 7. Minitramp:

Beim Trampolin Springen muss ein Sprung zweimal gezeigt werden. Der bessere der beiden Sprünge kommt in die Wertung.

- P1 Kasten 3-teilig längs, Bank als Anlauf  
Der/Die Turner/in kommt mit Schwung in das Minitrampolin und springt beidbeinig mit einem Strecksprung auf den Kasten (längs). Vorlaufen bis zum Kastenende. Ein weiterer Strecksprung hinunter zur Matte soll zum sicheren Stand führen.
- P2 Kasten mind. 3-teilig quer, Bank als Anlauf, kleiner Kasten zwischen Bank und Minitramp  
Die P2 beginnt mit Anlauf, Sprung über den kleinen Kasten ins Minitrampolin. Beidbeinig abspringen beim Strecksprung auf den quer stehenden Kasten. Vom Kasten wiederum beidbeinig abspringen zum Hocksprung mit sicherer Landung auf dem Weichboden.
- P3 Kasten mind. 4-teilig quer, eine Bank zum Anlauf kann genutzt werden  
Die P3 soll dazu benutzt werden, einen kräftigen Absprung zu erarbeiten. Daher soll mit wenig Anlauf kräftig in das Minitrampolin eingesprungen werden. Der Einsprung soll mindestens so weit und hoch sein, als ob der kleine Kasten (siehe P 2) noch stünde. Die Hocke soll über den Kasten weit nach oben angesprungen werden. Als Landefläche sollen zwei übereinander liegende Weichböden dienen, auf denen ein sicherer Stand erfolgen soll.