

Gemeinsame Ausschreibung für die

1. Besten-Wettkämpfe 2022 Gerätturnen männlich

2. Berliner Nachwuchsmeisterschaften Gerätturnen männlich

Veranstalter: Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund e.V.

Ausrichter: Besten-Wettkämpfe: Berliner Turnerschaft Korp. e. V.
Berliner Nachwuchsmeisterschaften: TSG Steglitz

Datum u. Ort: Sam. 26. Nov. 2022 **Besten-Wettkämpfe**
Turnzentrum Vorarlberger Damm 39 - 12157 Berlin

So. 11. Dez. 2022 **Berliner Nachwuchsmeisterschaften**
Trainingshalle TSG Steglitz
Hartmannsweilerweg 65
14163 Berlin

Für den Besten-Wettkampf gilt eine gesonderte Ausschreibung – s. Anlage.

Der Fachausschuss hat sich dafür entschieden in diesem Wettkampf ausschließlich konditionelle und technische Anforderungen ins Programm zu nehmen.

Die Besten-Wettkämpfe sollen in der zeitlichen Abfolge mit den dann folgenden Berliner Nachwuchsmeisterschaften eine inhaltliche Einheit zur Stabilisierung von Wettkampfleistungen bilden.

Die Auswertung erfolgt auch in den „Doppeljahrgängen“ für beide Wettkämpfe jeweils jahrgangsweise.

Besten-Wettkämpfe 2022

Wettkampfklassen:

Besten-WK GTm	Klasse	Jahrgang	Anforderungen
WK 1	Mini-Cup	2017 5 J.	8 techn. / kond. Anforderungen s. Anlage
WK 2	Mini-Cup	2015 - 2016 6 – 7 J.	8 techn. / kond. Anforderungen s. Anlage
WK 3	E-Jugend	2013 - 2014 8 – 9 J.	8 techn. / kond. Anforderungen s. Anlage
WK 4	D-Jugend	2011 - 2012 10 – 11 J.	8 techn. / kond. Anforderungen s. Anlage

Berliner Nachwuchsmeisterschaften 2022

Wettkampfklassen:

Besten-WK GTm	Klasse	Jahrgang	Anforderungen / P-Stufen
WK 1	Mini-Cup	2017 5 J.	8 techn. / kond. Anforderungen s. Anlage
WK 2	Mini-Cup	2015 - 2016 6 – 7 J.	8 techn. / kond. Anforderungen s. Anlage
WK 3	E-Jugend	2013 - 2014 8 – 9 J.	P 4 - 6
WK 4	D-Jugend	2011 - 2012 10 – 11 J.	P 5 - 7

Anmerkungen zu den Ausschreibungen

Wir freuen uns, unseren Vereinen in diesem Jahr im Bereich Gerätturnen männlich wieder die Besten-Wettkämpfe und Berliner Nachwuchsmeisterschaften anbieten zu können. Nach sich hoffentlich weiter „normalisierender“ Trainingszeit wollen wir mit dem Wiedereinstieg auch „Neues wagen“ und haben uns im Fachausschuss auf diese beiden Ausschreibungen verständigt.

Wir hoffen, dass wir mit damit den Vereinen entgegenkommen und den Wieder- oder evtl. auch Neu-Einstieg in das Gerätturnen erleichtern. Wir hoffen, dass Ihr Euch, liebe Vereine, durch die Darlegung der Gedanken, die sich der Fachausschuss gemacht hat, etwas von uns auf dem Weg zum Wiedereinstieg in das Wettkampfgeschehen mitgenommen fühlt.

Detlef Schaak
- Fachwart GTm -

Meldeschluss: Besten-Wettkämpfe: Do. 10. Nov. 2022
Berliner Nachwuchsmeisterschaften: Do. 17. Nov. 2022

Zeitplan: Der genaue Zeitplan wird nach Meldeschluss erstellt und den Vereinen rechtzeitig bekannt gegeben.

Durchführung und Auszeichnung: Die besten 3 Turner einer Wettkampfkategorie erhalten entsprechende Auszeichnungen. Jeder Turner erhält eine Urkunde. Gehen pro Wettkampfkategorie weniger als drei Meldungen ein oder treten beim Wettkampf weniger als drei Turner an, kann im Ermessen der Wettkampfleitung eine Zusammenfassung von Wettkampfkategorien erfolgen.

Mit dem Zeitplan erhalten die meldenden Vereine das dann gültige Hygienekonzept.

Startberechtigung: Startberechtigt sind alle Turner aus Vereinen des BTFB. Kaderturner des BTFB gemäß offizieller Liste für 2022 sind nicht zugelassen.

Kampfrichter: Bis 5 Turner eines Vereins ist ein/e Kampfrichter*in mit gültiger Lizenz (C-Lizenz) namentlich zu benennen. Ab 6 Turnern ist ein/e 2. Kampfrichter*in zu benennen. Die Meldung wird erst anerkannt, wenn Turner **und** Kampfrichter*innen gemeldet wurden. Die teilnehmenden Vereine haben die geforderte Anzahl an Kampfrichter*innen für jeden Durchgang zu gewährleisten.

Meldungen: ausschließlich über das gymnet des DTB - www.dtb-gymnet.de

Meldegeld: Das Meldegeld wird nach der Finanz- u. Wirtschaftsordnung des BTFB erhoben.

Wettkampfnummer: n.n.

Angela Schwarzwälder
- TK Vorsitzende Gerätturnen -

Detlef Schaak
- Gerätturnen männlich –

<p>4. Boden - kleine Kombi -</p> <p>Aus dem Strecksitz (3 Sek.) - Rückrollen zur Kerze (3 Sek.) - Abrollen vw. über den Hockstand in den Stand – Strecksprung.</p>	<p>Ausführung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hände liegen bei der Position „Kerze“ leicht abgespreizt neben dem Körper am Boden <p>Fehler-Abzüge: Gemäß Angaben s. o.</p>	<p>Ausgangswert = 10,00 P.</p> <p>Abzug Haltung / Technik: _____</p> <p>Erreichte Punktzahl: _____</p>										
<p>5. Mini-Tramp</p> <p>Einsprung von 2 kleinen Kästen in das Mini-Tramp - Strecksprung auf den Weichboden (doppelte Lage)</p> <p>AK 5 u. 6: Strecksprung (2 x)</p> <p>AK 7: Doppel-Streckspr. (2 x)</p>	<p>Ausführung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einsprung i. d. MT einbeinig oder als Strecksprung (beidbeinig) erlaubt - Armführung freigestellt <p>Fehler-Abzüge: Gemäß Angaben s. o.</p>	<p>Ausgangswert = 10,00 P.</p> <p>- je Sprung = 5,00 P. -</p> <p>1. Sprung = _____</p> <p>2. Sprung = _____</p> <p>Erreichte Punktzahl: _____</p>										
<p>6. Reck:</p> <p>Winkel-Hang halten</p>	<p>Fehler-Abzüge:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beine nicht waagrecht u. / o. offen - Füße nicht gestreckt / offen / überkreuzt - Schaukeln während der Übung - Arme u. / o. Beine gebeugt - Position im „Hohlkreuz“ 	<p>Leistung:</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td>1 Sek. = 1 P.</td> <td>6 Sek. = 6 P.</td> </tr> <tr> <td>2 Sek. = 2 P.</td> <td>7 Sek. = 7 P.</td> </tr> <tr> <td>3 Sek. = 3 P.</td> <td>8 Sek. = 8 P.</td> </tr> <tr> <td>4 Sek. = 4 P.</td> <td>9 Sek. = 9 P.</td> </tr> <tr> <td>5 Sek. = 5 P.</td> <td>10 Sek. = 10 P.</td> </tr> </table> <p>Abzug Haltung / Technik: _____</p> <p>Erreichte Punktzahl: _____</p>	1 Sek. = 1 P.	6 Sek. = 6 P.	2 Sek. = 2 P.	7 Sek. = 7 P.	3 Sek. = 3 P.	8 Sek. = 8 P.	4 Sek. = 4 P.	9 Sek. = 9 P.	5 Sek. = 5 P.	10 Sek. = 10 P.
1 Sek. = 1 P.	6 Sek. = 6 P.											
2 Sek. = 2 P.	7 Sek. = 7 P.											
3 Sek. = 3 P.	8 Sek. = 8 P.											
4 Sek. = 4 P.	9 Sek. = 9 P.											
5 Sek. = 5 P.	10 Sek. = 10 P.											
<p>7. Hüftbeugen von der Turn-Bank</p>	<p>Ausführung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fußspitzen an der Kante der Bank - Arme gehen vor den Füßen am Meterstab entlang nach unten 	<p>Leistung:</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td>0,0 cm = 1 P.</td> </tr> <tr> <td>bis 0,9 cm = 2 P.</td> </tr> <tr> <td>1,0 – 2,9 cm = 3 P.</td> </tr> <tr> <td>3,0 – 4,9 cm = 4 P.</td> </tr> <tr> <td>5,0 – 6,9 cm = 5 P.</td> </tr> <tr> <td>7,0 – 8,9 cm = 6 P.</td> </tr> <tr> <td>9,0 – 10,9 cm = 7 P.</td> </tr> <tr> <td>11,0 – 12,9 cm = 8 P.</td> </tr> <tr> <td>13,0 – 14,9 cm = 9 P.</td> </tr> <tr> <td>15,0 – 16,9 cm = 10 P.</td> </tr> </table> <p>Erreichte Punktzahl: _____</p>	0,0 cm = 1 P.	bis 0,9 cm = 2 P.	1,0 – 2,9 cm = 3 P.	3,0 – 4,9 cm = 4 P.	5,0 – 6,9 cm = 5 P.	7,0 – 8,9 cm = 6 P.	9,0 – 10,9 cm = 7 P.	11,0 – 12,9 cm = 8 P.	13,0 – 14,9 cm = 9 P.	15,0 – 16,9 cm = 10 P.
0,0 cm = 1 P.												
bis 0,9 cm = 2 P.												
1,0 – 2,9 cm = 3 P.												
3,0 – 4,9 cm = 4 P.												
5,0 – 6,9 cm = 5 P.												
7,0 – 8,9 cm = 6 P.												
9,0 – 10,9 cm = 7 P.												
11,0 – 12,9 cm = 8 P.												
13,0 – 14,9 cm = 9 P.												
15,0 – 16,9 cm = 10 P.												
<p>8. 20m - Sprint</p>		<p>Leistung:</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td>4,9 Sek. = 1 P.</td> <td>4,4 Sek. = 6 P.</td> </tr> <tr> <td>4,8 Sek. = 2 P.</td> <td>4,3 Sek. = 7 P.</td> </tr> <tr> <td>4,7 Sek. = 3 P.</td> <td>4,2 Sek. = 8 P.</td> </tr> <tr> <td>4,6 Sek. = 4 P.</td> <td>4,1 Sek. = 9 P.</td> </tr> <tr> <td>4,5 Sek. = 5 P.</td> <td>4,0 Sek. = 10 P.</td> </tr> </table> <p>Erreichte Punktzahl: _____</p>	4,9 Sek. = 1 P.	4,4 Sek. = 6 P.	4,8 Sek. = 2 P.	4,3 Sek. = 7 P.	4,7 Sek. = 3 P.	4,2 Sek. = 8 P.	4,6 Sek. = 4 P.	4,1 Sek. = 9 P.	4,5 Sek. = 5 P.	4,0 Sek. = 10 P.
4,9 Sek. = 1 P.	4,4 Sek. = 6 P.											
4,8 Sek. = 2 P.	4,3 Sek. = 7 P.											
4,7 Sek. = 3 P.	4,2 Sek. = 8 P.											
4,6 Sek. = 4 P.	4,1 Sek. = 9 P.											
4,5 Sek. = 5 P.	4,0 Sek. = 10 P.											

Benötigte Turngeräte:

- 1 kleiner Barren (oder: 2 Handstand-Klötzchen und 2 kl. Kästen) Übung 1
- tiefes Reck Übung 6
- Bodenläufer (oder 2 Turn-Matten) Übung 3 und 4
- Mini-Tramp und 2 Weichböden Übung 5
- Turnbank Übung 7
- Taue Übung 2
- Matten zur weiteren Absicherung Übung 1, 2, 6, 7

Benötigtes Material:

- Stoppuhr Übung 1, 6, 8
- Maßband Übung 2, 8
- Meterstab Übung 7

<p>Sprung Handstütz-Sprung-Überschlag in die Rückenlage - methodisch - D-Jugend: Mattenberg 100 cm E-Jugend: Mattenberg 80 cm</p>	<p>Ausführung: s. Aufgabenbuch S. 50</p>	<p>Leistung: AW 5 P. _____</p>
<p>Barren 1. D- u. E-Jugend: Winkelstütz (3 Sek.) – Heben der Beine zum Schwung-Ausstoß – Rückschwung – Vorschwung – Niedersprung zwischen die Holme 2. D- u. E-Jugend: 5 x Stütz-Schwingen D-Jugend: 1 x Handstandnah E-Jugend: 2 x 45° über Waager.</p>	<p>Ausführung: Beide Versuche werden in direkter Folge gezeigt s. Aufgabenbuch S. 58 s. Aufgabenbuch S. 58 / 59</p>	<p>Leistung: AW 5 P. _____ AW 5 P. _____</p>
<p>Reck D-Jugend: Felgabschwung aus dem Konter-Schwung (1x) – Rückschwung – Vorschwung – Rückschwung mit Niedersprung zum Stand E-Jugend: 1. Felghang-Position halten (5 Sek.) 2. Kipphang-Pendel (1x) aus dem Stand in den Stand</p>	<p>Ausführung: s. Aufgabenbuch S. 67 Ausführung: Beide Versuche werden in direkter Folge gezeigt s. Aufgabenbuch S. 66 / 67</p>	<p>Leistung: AW 5 P. _____ AW 5 P. (je 2,5 P. für 1. u. 2.) _____</p>

<p>Benötigte Turngeräte: - 1 Barren - tiefes Reck und sprunghohes Reck - Boden: Bodenläufer (oder 2 - 3 Turn-Matten) - Mini-Tramp und 2 Weichböden - Ringe (sprunghoch) - Pauschenpferd - Sprung: 3 Weichböden; 1 Niedersprungmatte; 1 happy landing - Matten zur weiteren Absicherung</p>	<p>Benötigtes Material: - ggf. Stoppuhr (Boden)</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------

