

4inMotion

Gerätturnen männlich und weiblich

Termin:	Donnerstag, 21.Mai 2020 Innenstadtsporthalle Ludwigsburg
Meldung und Meldeschluss:	Bis 28. Februar 2020 über Gymnet (www.dtb-gymnet.de), keine Nachmeldungen
Teilnahmebedingung:	Die Teilnahme am Wettkampf ist nur in Verbindung mit einer Festkarte LTF Ludwigsburg 2020 möglich
Startrecht	Es ist keine ID und kein Startrecht erforderlich
Kampfrichtermeldung	Keine Meldung erforderlich
Wettkampfausschreibung	
Teamzusammenstellung	Jedes Team besteht aus 2 bis 4 Aktiven (Zusammensetzung männlich oder weiblich oder mixed ist frei wählbar). Alle Aktiven müssen AK 12 oder älter sein. Die Team-Zusammenstellung kann vereinsübergreifend erfolgen. Allerdings müssen alle Teilnehmer dieses Wettkampfes über einen Verein zum Turnfest gemeldet werden.
Teamname	Jedes Team gibt sich noch als Ergänzung einen Teamnamen (z. B. TSV Musterverein, Die schnellen Hüpfen). Der/die Teamnamen bitte unter weitere Angaben bei der Gymnet-Meldung eintragen.
Teammeldung im Gymnet	Wenn eine/r oder mehrere der Aktiven des/der Teams nicht aus dem meldenden Verein kommen, gibt es die Möglichkeit, diese Aktiven über die Funktion Startgemeinschaften in Gymnet trotzdem für den Wettkampf zu melden.

Allgemeine Wettkampfbeschreibung und Ablauf

Ein Team von 2 bis 4 Athleten (männlich, weiblich oder mixed) muss einen Parcours auf Zeit absolvieren. Jedes Teammitglied kann eine oder zwei Gerätdisziplinen turnen, allerdings nicht direkt hintereinander. Der Parcours besteht aus den Gerätdisziplinen Schwebebalken, Boden, Sprung und Parallelbarren. Bei jeder Disziplin müssen fünf Elemente (Ausnahme Sprung: 1 Element) aus dem 4INmotion -Elementekatalog gezeigt werden.

Werden weniger als die geforderten fünf Elemente pro Gerät gezeigt, erfolgt eine Zeitstrafe in Höhe von 3 Sekunden pro fehlendem Element.

Alle Gerätdisziplinen können von weiblichen und männlichen Athleten geturnt werden.

Des Weiteren gibt es bei jeder Gerätdisziplin eine Bonus-Anforderung. Wer diese erfüllt, erhält eine Zeitgutschrift von 3 Sekunden.

Die Bonus-Anforderung kann ein zu zeigendes Element aus dem **4INmotion**-Elementekatalog ersetzen. Es kann aber nur ein Bonus pro Gerät vergeben werden.

Ebenfalls gibt es bei **4INmotion** eine Zeitgutschrift von 3 Sekunden, wenn die Ausführung der turnerischen Elemente mit guter Turntechnik gezeigt wird. Diese Zeitgutschrift ist ebenfalls nur einmal pro Gerät möglich.

Dieser Wettkampf findet als Mannschaftsstaffel statt.

Die Start- und Ziellinie sind jeweils vorgegeben. Der Gerätwechsel und das Wechseln der Athleten erfolgt über Handabklatschen in einer Wechselzone vor jeder Gerätdisziplin.

Die Wechselzone muss in jedem Fall durchlaufen werden.

Ein Team – vier Geräte – die Zeit läuft ...

Gerätedisziplin: Schwebebalken

→ Höhe 1m, ein Sprungbrett, zwei Weichbodenmatten

Elementekatalog

Absprung mit Stütz der Hände, Aufhocken

Anlauf, Aufspringen

Strecksprung

Hocksprung

Spreizsprung

Pferdchensprung

Einbeinige ½ LAD

½ LAD in der Hockposition

Flüchtiger Handstand

Rad

Abgang: Grätschwinkelsprung

Abgang: Hocksprung

Abgang: Rondat (Radwende)

BONUS Schwebebalken:

Spagatsprung

1/1 Drehung auf einem Bein

Abgang: Überschlag

Gerätedisziplin: Boden

→ 17m Tumblingbahn

Elementekatalog

Sprungrolle vorwärts

Rolle rückwärts

Rad

Rondat (Radwende)

Handstandabrollen (ohne Haltezeit)

Handstützüberschlag vorwärts

Handstützüberschlag rückwärts (Flick-Flack)

Spagatsprung

Pferdchensprung

Strecksprung mit 1/1 LAD

BONUS BODEN:

Salto vorwärts

Salto rückwärts

Gerätedisziplin: Sprungtisch

→ Höhe 1,20 bis 1,35m, ein Sprungbrett, zwei Weichbodenmatten

Elementekatalog

Sprunghocke

Sprunggrätsche

Sprungbücke

BONUS SPRUNG:

Handstütz-Überschlag

Rondat (Radwende)

Aufspringen/ Aufhocken mit anschließendem Absprung zum Salto vorwärts

Gerätedisziplin: Parallelbarren

→ Höhe variabel (Brusthoch bis 1,80m), ein Sprungbrett, zwei Weichbodenmatten

Elementekatalog

Absprung in den Stütz zum Vorschwung über Holmenhöhe in den Grätschsitz

Rückschwung und Vorschwung mit Grätschen der Beine

Vorschwung in den Außenquersitz und Einschwingen in den Stütz

Grätschsitz, Rolle vorwärts in den Grätschsitz

Stemmaufschwung vorwärts in den Grätschsitz oder Stütz

Stemmaufschwung rückwärts in den Stütz

Hoher Vor- und Rückschwung (möglichst 45°)

Abgang: Wende in den Außenquerstand

Abgang: Kehre in den Außenquerstand

Abgang: Drehwende gehockt, gebückt oder gestreckt in den Außenquerstand

BONUS BARREN:

Oberarmkippe in den Stütz oder Grätschsitz

Aus dem Strecksturzhang Kippaufschwung in den Stütz oder in den Grätschsitz

Rückschwung in den Oberarmstand (Ohne Halten) zum Abrollen in den Oberarmstütz

Abgang: Salto rückwärts gehockt, gebückt oder gestreckt in den Außenquerstand

<p>Allgemeine Bestimmungen zum Wettkampf und AGBs :</p>	<p>Siehe Ausschreibung Landesturnfest Ludwigsburg 2020 (www.landesturnfest.org)</p>
<p>Hinweise:</p>	<p><i>Wir weisen darauf hin, dass es sich bei dem Wettkampf um eine öffentliche Veranstaltung handelt</i> Personenbezogenen Daten werden im Einklang mit der Datenschutz-Grundverordnung (EU-DSGVO), dem Bundesdatenschutzgesetz (BDSG) und bereichsspezifischen Datenschutznormen und Satzungen und Ord-nungen von Verbänden verarbeitet. Einen Link zur Datenschutzerklärung in GymNet finden Sie unter https://www.dtb-gymnet.de/DatenschutzDTB.pdf. Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.stb.de. Im Rahmen der Veranstaltung werden Bildaufnahmen von beauftragten Personen gefertigt. Die Aufnahmen werden u.a. für die Dokumentation der Veranstaltung genutzt, auf den Internetseiten des Veranstalters und deren Mitorganisationen, in Printmedien und in Publikationen des Schwäbischen Turnerbundes veröffentlicht. Besonders ausgewählte Aufnahmen sollen die Atmosphäre der Veranstaltung widerspiegeln und über diese berichten. <i>Der meldende Verein hat seine Teilnehmer/innen bzw. deren Erziehungsberechtigte darüber zu informieren.</i></p>
<p>Ansprechpartner für weitere Fragen:</p>	<p>STB-Geschäftsstelle, Katja Gassner, gassner@stb.de; 0711/28077-209</p>