

TTS Wettkampf Mannheim

Ausrichter:	Turngemeinschaft Mannheim 1975 e.V.
Wettkampfort:	Im Pfeifferswörth 8, 68167 Mannheim
Termin:	Samstag, den 23.04.2022 Sonntag, den 24.04.2022
Ansprechpartner:	Allgemeine Fragen: David Mau stuetzpunkt@tgm Mannheim.de Meldungen: stuetzpunkt@tgm Mannheim.de
Wettkampfinhalte:	AK7 – AK11 = DTB-Pflichtprogramm 2022 „leistungsorientiert“ AK5 – AK6 = spielerische Stationen (siehe Anlage)
Startberechtigung:	Turnerinnen der AK5 – AK11 (Jg. 2017 – 2011) Für die Altersklassen AK7 – AK11 ist ein Start im Pflicht-Programm des entsprechenden Jahrgangs, ein Jahrgang niedriger (Ausnahme AK 7) sowie ein Jahrgang höher möglich. Es ist ebenfalls möglich, dass die AK 6 bereits in der AK 7 startet. Der Wettkampf der Altersklassen AK5 – AK6 am Sonntag wird jeweils der Altersklasse entsprechend ausgeturnt. Bei der Meldung sind Jahrgang und WK-Nummer anzugeben!
Zeitplan:	Wird nach Meldeschluss bekanntgegeben. Je nach Meldung werden die Altersklassen in einem Durchgang zusammengefasst. Pro Altersklasse sind maximal 24 Turnerinnen zugelassen – die Vergabe der Startplätze richtet sich nach der Reihenfolge des Eingangs der Meldung. Vorläufig: Samstag, den 23.04.22 AK7: 09:00 – 11:30 AK8: 12:00 – 14:30 AK9: 15:00 – 17:30 AK10/11: 18.00-19.30 Sonntag, den 24.04.22 AK5 & AK6: ab 9:00 Uhr

Kampfrichter:	<p><u>AK7 – AK11</u> Pro 4 Turnerinnen je Altersklasse muss ein Kampfrichter mit min. der Lizenzstufe B mit Zusatzqualifikation Pflichtprogramm gemeldet werden. Die Kampfrichter-Qualifikation ist bei der Meldung anzugeben!</p> <p><u>AK5 – AK6</u> Pro 5 Turnerinnen muss ein qualifizierter Tester namentlich gemeldet werden.</p> <p>Bei Ausfall oder Nichtstellen eines Kampfrichters wird eine Ausfallgebühr von 100€ erhoben.</p>
Betreuung:	Pro Riege ist eine betreuende Person zugelassen.
Meldung:	<p>Per Meldebogen an stuetzpunkt@tgm Mannheim.de</p> <p>8,00 € pro Turnerin mit TTS-Mitgliedschaft 12,00 € pro Turnerin ohne TTS-Mitgliedschaft</p> <p>5,00 € pro Turnerin für den WK der AK5 und AK6 (spielerische Stationen)</p>
Meldeschluss:	08.04.2022
Hygienekonzept:	Folgt in der Woche vor Wettkampfbeginn!
Datenschutz:	<p>Datenschutzrechtliche Einverständniserklärung: Wir weisen darauf hin, dass es sich bei dem Wettkampf um eine öffentliche Veranstaltung handelt. Mit der Meldung erklären sich die teilnehmenden Sportlerinnen bzw. deren Erziehungsberechtigte, TrainerInnen und BegleiterInnen sowie KampfrichterInnen einverstanden, dass persönliche Daten (Name, Vorname, Jahrgang), Ergebnisse sowie Foto- und Filmaufnahmen von Beteiligten, die in unmittelbarem Zusammenhang mit der Teilnahme am Wettkampf stehen, zu Zwecken der Öffentlichkeitsarbeit auf Homepages, in sozialen Netzwerken und ggf. Druckmedien veröffentlicht werden soweit diese nicht im Einzelfall widersprechen. Rechtsgrundlage ist dabei Art. 6 Abs. 1 Lit. f DSGVO. Mit der Meldung zum Wettkampf bestätigt die meldende TTS, dass von allen Teilnehmenden eine entsprechende Zustimmung vorliegt, d.h. die TTS hat ihre Teilnehmerinnen bzw. deren Erziehungsberechtigte darüber zu informieren.</p>

Wettkampfnummer:	WK2017	Jahrgang 2017 (AK5)
	WK2016	Jahrgang 2016 (AK6)
	WK2015	Jahrgang 2015 (AK7)
	WK2014	Jahrgang 2014 (AK8)
	WK2013	Jahrgang 2013 (AK9)
	WK2012	Jahrgang 2012 (AK10)
	WK2011	Jahrgang 2011 (AK11)
Wettkampfprogramm:	DTB-Pflichtprogramm Bzw. spielerische Stationen (AK5 und AK6, siehe unten)	

Einhorn-Cup

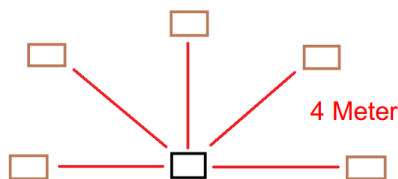
TTS Wettkampf Mannheim – Aufgaben AK5

Station 1	Punkte	1	2	3	4	5
Tau	Leistung	1m	2m	3m	4m	30s

➔ Tau klettern mit Beinen, Start im Stehen. Die Zeitmessung beginnt mit dem selbstständigen Start der Turnerin

Station 2	Punkte	1	2	3	4	5
Sternenlauf	Leistung	30s	28s	25s	22s	18s

➔ Die Turnerin versucht so schnell wie möglich von fünf kleinen Kästen einen Gegenstand auf den Kasten in der Mitte zu legen. Die fünf kleinen Kästen stehen im Abstand von 4 Metern zum mittleren Kasten



Station 3	Punkte	1	2	3	4	5
Brücke (Füße auf Erhöhung)	Leistung	Grobform		Grobform 5s		Gestreckte Arme & Beine

➔ Die Turnerin liegt auf dem Boden in Rückenlage. Aus dieser Position stemmt sie sich in die Brücke hoch, die Füße sind auf einem Sprungbrett/Kastendeckel. Die Hände sind schulterbreit aufgesetzt und die Finger zeigen zu den Füßen.

Station 4	Punkte	1	2	3	4	5
Rumpfbeugekraft	Leistung	15s	20s	25s	30s	35s

➔ Die Turnerin nimmt als Ausgangsposition die Rückenlage ein und stellt die Beine mit einem Kniewinkel von 90° an. Die Arme sind seitlich am Körper in Höhe der Knie gestreckt und frei zu halten. Schultern und Kopf sind vom Boden abgehoben. Unter der LWS wird ein Theraband/Seil gelegt. Die Turnerin muss das Band festhalten, der Prüfer zieht am Band. Die Zeitmessung beginnt mit dem Zug am Band.

Station 5	Punkte	1	2	3	4	5
Spreizen an Bank	Leistung	Hüfte	Taille	Brust	Schulter	Auge

➔ Eine Turnbank wird schräg in der Sprossenwand eingehängt. Spreizen aus der Rückenlage auf einer Schrägbank, Arme liegen am Körper an und die Turnerin hält sich mit den Händen an der Bank fest. Beide Beine werden einzeln bewertet und die erreichte Punktzahl halbiert.

Station 6 Tramp. Sprünge	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Auf einem Trampolin werden 10 Strecksprünge ausgeführt. Die Arme sind während der Sprünge in Hochhalte mit Stab. Bewertung nach Ausführung

Station 7 Schnipsel-Transport Ristgriff	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Im Ristgriff am oberen Barrenholmen wird ein Schnipsel zwischen die gestreckten Füße eingeklemmt und einmal die Länge des Holmens hin- und wieder zurück „transportiert“. Bewertung nach Ausführung.

Station 8 Rad	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Spannung, Arme, Rad auf einer Linie (Bodenläufer), Landedrill einbeinig. Die Turnerin hat zwei Versuche, der beste Versuch wird bewertet. Bewertung nach Ausführung

Station 9 Liegestütz-Wandern	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Im Liegestütz vorlings (Fußrist auf der Bank aufliegen, Hände stützen auf dem Boden, Bauch schaut zum Boden) über die Turnbank/kleinen Balken stützel, Bewertung nach Ausführung

Station 10 Releve gehen + Liegestützposition kurz fixieren	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Über den Balken (1,2m Höhe mit 2 Weichböden übereinander) im Relevé vw bis zum Balkenende gehen, Arme in Position „Arme“, am Balkenende absinken, Liegestützposition auf dem Balken kurz fixieren, aufrichten und Strecksprung mit beidbeiniger Landung als Abgang.

Einhorn-Cup

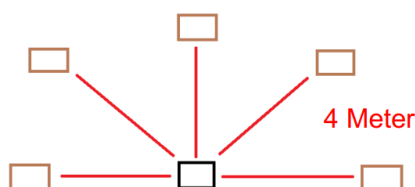
TTS Wettkampf Mannheim – Aufgaben AK6

Station 1	Punkte	1	2	3	4	5
Tau	Leistung	2m	3m	4m	25s	22s

➔ Tau klettern mit Beinen, Start im Stehen. Die Zeitmessung beginnt mit dem selbstständigen Start der Turnerin

Station 2	Punkte	1	2	3	4	5
Sternenlauf	Leistung	28s	25s	22s	19s	17s

➔ Die Turnerin versucht so schnell wie möglich von fünf kleinen Kästen einen Gegenstand auf den Kasten in der Mitte zu legen. Die fünf kleinen Kästen stehen im Abstand von 4 Metern zum mittleren Kasten



Station 3	Punkte	1	2	3	4	5
Brücke (Füße auf Erhöhung)	Leistung	Grobform 5s		Gestreckte Arme & Beine		Schulter über Hände

➔ Die Turnerin liegt auf dem Boden in Rückenlage. Aus dieser Position stemmt sie sich in die Brücke hoch, die Füße sind auf einem Sprungbrett/Kastendeckel. Die Hände sind schulterbreit aufgesetzt und die Finger zeigen zu den Füßen.

Station 4	Punkte	1	2	3	4	5
C+ halten	Leistung	10s	15s	20s	25s	30s

➔ Die Turnerin nimmt als Ausgangsposition die Rückenlage ein und hebt Arme und Beine in die C+ Position an. Die Arme sind seitlich am Körper. Schultern und Kopf sind vom Boden abgehoben. Beine sind gestreckt. Unter der LWS wird ein Theraband/Seil gelegt. Die Turnerin muss das Band festhalten, der Prüfer zieht am Band. Die Zeitmessung beginnt mit dem Zug am Band.

Station 5	Punkte	1	2	3	4	5
Spreizen an Bank	Leistung	Taille	Brust	Schulter	Auge	Ü. Kopf

➔ Eine Turnbank wird schräg in der Sprossenwand eingehängt. Spreizen aus der Rückenlage auf einer Schrägbank, Arme liegen am Körper an und die Turnerin hält sich mit den Händen an der Bank fest. Beide Beine werden einzeln bewertet und die erreichte Punktzahl halbiert.

Station 6 Tramp. Sprünge	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Auf einem Trampolin werden 10 Strecksprünge ausgeführt. Die Arme sind während der Sprünge in Hochhalte mit Stab. Bewertung nach Ausführung

Station 7 Schnipsel-Transport Ristgriff + Klimmzug	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Im Ristgriff am oberen Barrenholmen wird ein Schnipsel zwischen die gestreckten Füße eingeklemmt und einmal die Länge des Holmens hin- und wieder zurück „transportiert“. Am Ende wird noch ein Klimmzug (Nase über Holmhöhe) gezeigt. Bewertung nach Ausführung.

Station 8 Rad (Übungsbalken)	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Spannung, Arme, Rad auf einem weichen bodenhohen Übungsbalken, Landedrill einbeinig. Bewertung nach Ausführung, die Turnerin hat zwei Versuche, der bessere wird bewertet.

Station 9 Liegestütz-Wandern	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Im Liegestütz rücklings (Fersen auf der Bank auflegen, Hände stützen auf dem Boden, Bauch schaut zur Decke) über die Turnbank/kleinen Balken stützel, Bewertung nach Ausführung

Station 10 Strecksprung + Relevée gehen + Rumpfbeuge + Liegestützposition	Punkte	1	2	3	4	5
	Leistung					

➔ Über den Balken (1,2m Höhe mit 1 Weichboden) im Relevé vw bis zur Balkenmitte gehen, Arme in Position „Arme“. Spannung, Arme, Strecksprung, Landung beidbeinig. Gehen im Relevé bis zum Balkenende. Am Balkenende in die Rumpfbeuge absenken (Arme und Beine gestreckt) und 3 sec fixieren, anschließend in die Liegestützposition auf dem Balken krabbeln und ebenfalls 5s fixieren, aufrichten und Strecksprung mit beidbeiniger Landung als Abgang.