

4. Lenne-Volme Turnfest

03. und 04. September 2022

Sportangebote für Jung und Alt

Gerätturnen · Leichtathletik
Gymnastik · Dance · Fitness

Sportanlagen Felderhof, Kierspe

Ausrichter: Turn- und Sportverein Kierspe 79/04 e.V.

www.tsvkierspe.de



Das Wichtigste in Kürze

Lenne-Volme-Turnfest 03. und 04. September 2022

Wettkampfdatum

Samstag, 03.09.2022 ab 09.00 Uhr

Sonntag, 04.09.2022 ab 09.00 Uhr

Wettkampfstätten

Sportzentrum Felderhof in 58566 Kierspe, Otto-Ruhe-Straße 11

Teilnehmer-Meldung

Unter www.events.dtb-gymnet.de können Sie sich online anmelden. Die Anmeldung zum Turnfest kann nur über den Vereinsadmin erfolgen, mit dem Einzelmelder-Login ist keine Meldung möglich.

Kampfrichter-Meldung

Die Meldung der Kampfrichter erfolgt an die jeweiligen Fachwarte. Die Meldeadressen sind in den einzelnen Ausschreibungen angegeben.

Startgeld

Das Startgeld beträgt einheitlich 4,00 € je Teilnehmer und gemeldetem Wettkampf.

Begleichung der Gesamtrechnung

Nach dem Turnfestwochenende erhält jeder Verein eine Gesamtrechnung über die vorgenommene Vereinsmeldung einschließlich der Nach- und Ummeldungen. Der Rechnungsbetrag wird am Freitag nach Rechnungsdatum per Lastschrift eingezogen.

Stornierungen

Stornierungen (nach Meldeschluss) sind nur am jeweiligen Wettkampftag durch Rückgabe der ungenutzten Wettkampfkarte vor Wettkampfbeginn möglich. Startgelder werden bei Stornierungen nicht in Rechnung gestellt.

Nichtantritt

Bei Nichtantritt erfolgt keine Erstattung der Start- und Meldegebühren.

Ummeldungen

Ummeldungen sind am jeweiligen Wettkampftag bis 1 Std. vor Wettkampfbeginn möglich. Für die Ummeldung entstehen außer dem Startgeld keine weiteren Kosten.

Nachmeldungen

Nachmeldungen sind am jeweiligen Wettkampftag bis 1 Std. vor Wettkampfbeginn möglich. Für die Nachmeldung von bis zu 5 Teilnehmern pro Verein entstehen außer dem Startgeld keine weiteren Kosten. Ab der Nachmeldung des 6. Teilnehmers berechnen wir eine Nachmeldegebühr von 2,00 € pro Teilnehmer zzgl. der Startgebühr.

Haftung

Beim 4. Lenne-Volme-Turnfest 2022 sind alle Turnfestteilnehmerinnen und Teilnehmer für ihre Sicherheit eigenverantwortlich. Die Teilnahme an allen angebotenen Veranstaltungen erfolgt auf eigenes Risiko. Der Veranstalter haftet nur für vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden seiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Er haftet nicht bei Fahrlässigkeit und übernimmt grundsätzlich keine Obhutspflicht für Gepäck, Garderobe, Geräte, Musikinstrumente oder ähnliche Gegenstände. Bei Unfällen ist die Sportunfall- und Haftpflichtversicherung der Vereine in Anspruch zu nehmen. Bei allen Veranstaltungen und Reisen übernimmt der Lenne-Volme-Turngau keine selbstständige Haftung für Unglücksfälle, Verspätungen oder sonstige Unregelmäßigkeiten.

Das Wichtigste in Kürze

Lenne-Volme-Turnfest 03. und 04. September 2022

Einverständniserklärung zur Veröffentlichung von Bildern und Daten

Mit der Anmeldung erklärt sich die Teilnehmerin bzw. der Teilnehmer einverstanden, dass im Rahmen sämtlicher Veranstaltungen des Turnfestes 2022 Foto- und Videoaufnahmen erfolgen, die zu kommunikativen Zwecken in Publikationen und im Internet durch den Lenne-Volme-Turngau genutzt werden dürfen, sowie die Darstellung der Teilnahme, beispielsweise durch die Veröffentlichung von Ergebnislisten, erlaubt ist. Ein Verkauf der Bildrechte an Dritte erfolgt nicht.

Datenschutz

<https://www.wtb.de/datenschutz/wettkampf>

Bitte die gemeldeten Teilnehmer auf diesen Link zum Datenschutz hinweisen, da dort alle wichtigen Informationen zum Thema Datenschutz für Wettkämpfe, Turniere u. Spielbetrieb aufgeführt sind.

Ausrichter

Turn und Sportverein Kierspe 79/04 e.V.

Veranstalter

Lenne-Volme-Turngau e.V.

Ansprechpartner

Thorsten Götde

Tel.: 0160 8446536

Mail: goedde@lenne-volme-turngau.de

Zeitplan

Lenne-Volme-Turnfest 03. und 04. September 2022

Samstag: Sportplatz

11.30 Uhr	Leichtathletische Wettkämpfe
12.00 Uhr	Leichtathletische Disziplinen der Gemischten Wettkämpfe

Turnhalle (Linkes Feld)

11.30 Uhr	Gerätturnen der Gemischten Wettkämpfe
12.00 Uhr	Schnupperwettkampf
13.00 Uhr	Fit im Team 50+
14.00 Uhr	Fit im Team 60+
15.00 Uhr	Fit im Team 70+

Turnhalle (Drei Felder)

9.00 Uhr	Hallenöffnung
9.30 Uhr	Einlaufen P-Stufen Gymnastik
9.40 Uhr	Beginn P-Stufen Gymnastik
11.30 Uhr	Anmeldung Dance- und GymTa-Gruppen
11.45 Uhr	Stellprobe Dance und GymTa (nach Anmeldung)
13.00 Uhr	Einlaufen der Mannschaften
13.15 Uhr	Beginn Dance
14.45 Uhr	Beginn GymTa
16.00 Uhr	Siegerehrung P-Stufen Gymnastik, Dance, GymTa

Rahmenprogramm des TSV Kierspe in Kooperation mit anderen Vereinen.

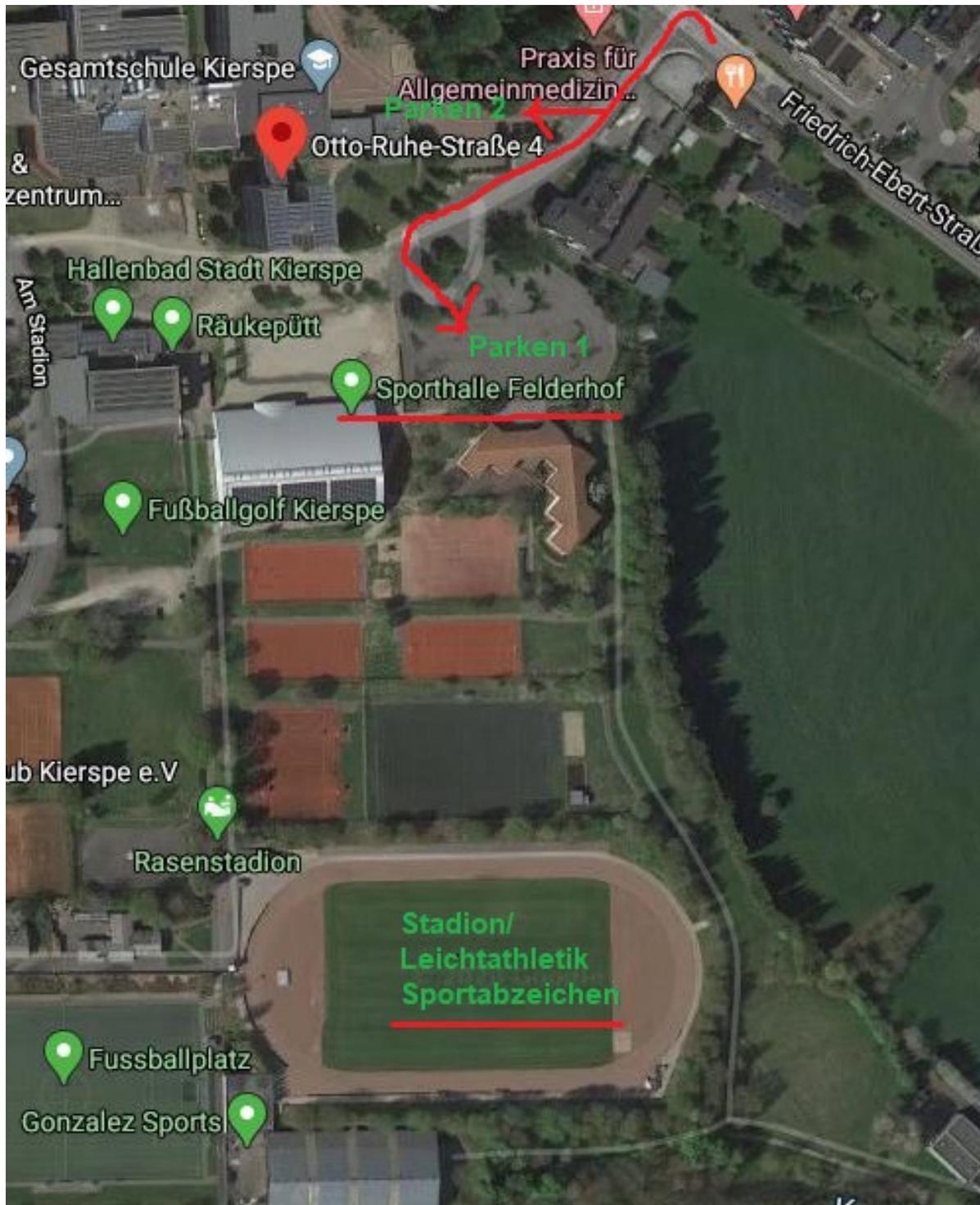
Sonntag: Turnhalle (komplett)

09.00 Uhr	Einturnen Gerätturnen weiblich M-Übungen (Herbstwettkämpfe) und männlich Gau-Pokalliga
10.00 Uhr	Wettkampfbeginn Gerätturnen weiblich M-Übungen und männlich Gau-Pokalliga
12.00 Uhr	Einturnen Gerätturnen weiblich XK-Übungen (Herbstwettkämpfe)
12.45 Uhr	Wettkampfbeginn Gerätturnen weiblich XK-Übungen

Beginn der Anmeldungen (Gymnet): 01.06.2022
Meldeschluss: 25.08.2022

Wettkampfstätten

Lenne-Volme-Turnfest 03. und 04. September 2022



Ausschreibung Leichtathletische Wettkämpfe

Samstag, den 03. September 2022, Beginn: 11.00 Uhr

- Jeder Sportler wählt unter den möglichen Disziplinen seine Übungen aus, jede Disziplin kann nur 1x gewählt werden.
- Bei der Meldung müssen nur die Wettkampfnummern angegeben werden! Die Disziplin wählt der Sportler vor Ort.

Kampfrichter:

Jeder Verein der in der LA Starter meldet, stellt Kampfrichter für die Leichtathletik. Die Kampfrichter treffen sich 30 Minuten vor Wettkampfbeginn zur Kampfrichterbesprechung auf dem Sportplatz. Es müssen keine DLV-Kampfrichter sein, Helfer, Eltern reichen.

Meldung der Kampfrichter an Thorsten Gödde, goedde@lenne-volme-turngau.de

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
4-5 männliche Jugend G	2018 - 2017	Wahl-3- Kampf	11044	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m	Weit- sprung	Schlag Ball		Voll Ball 600 gr
				415	Zone 422	80 gr 448		449

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
6-7 männliche Jugend F	2016 - 2015	Wahl-3- Kampf	11064	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m	Weit- sprung	Schlag Ball		Voll Ball 1 kg
				415	Zone 422	80 gr 448		444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
8-9 männliche Jugend E	2014 - 2013	Wahl-3- Kampf	11084	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m	Weit- sprung	Schlag Ball		Voll Ball 1 kg
				415	Zone 422	80 gr 448		444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
10-11 männliche Jugend D	2011 - 2012	Wahl-3- Kampf	11104	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m	Weit- sprung	Wurf Ball		Voll Ball 1 kg
				415	Zone 422	200 gr 446		444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
12-13 männliche Jugend C	2010 - 2009	Wahl-3- Kampf	11124	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				75 m Lauf	Weit- sprung Zone	Schleuder- Ball 0,8 kg	Kugel- stoßen 3 kg	Voll Ball 1 kg
				417	422	440	433	444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
14-15 männliche Jugend B	2008 - 2007	Wahl-3- Kampf	11144	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				100 m Lauf	Weit- sprung Zone	Schleuder- Ball 1 kg	Kugel- stoßen 4 kg	Voll Ball 1 kg
				411	422	441	434	444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
16-17 männliche Jugend A	2006 - 2005	Wahl-3- Kampf	11164	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				100 m Lauf	Weit- sprung Zone	Schleuder- Ball 1 kg	Kugel- stoßen 5 kg	Voll Ball 1 kg
				411	422	441	435	444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
18-19 Männer 1	2004 - 2003	Wahl-3- Kampf	11184	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				100 m Lauf	Weit- sprung Zone	Schleuder- Ball 1,5 kg	Kugel- stoßen 6 (6 1/4) kg	Voll Ball 1 kg
				411	422	442	436	444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
20 - 29 Männer 2	2002 - 1993	Wahl-3- Kampf	11204	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				100m Lauf	Weit- sprung Zone	Schleuderball 1,5 kg	Kugel stoßen 7 (7 1/4) kg	Voll Ball 1,5 kg
				411	422	442	437	445

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
30 - 39 Männer 3+4	1992 - 1983	Wahl-3- Kampf	11304	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				100m	Weit- sprung	Schleuderball 1,5 kg	Kugel stoßen 7 (7 1/4) kg	Voll Ball 1,5 kg
				411	422	442	437	445

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
40 - 49 Männer 5+6	1982 - 1973	Wahl-3- Kampf	11404	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				100m	Weit- sprung	Schleuderball 1,5 kg	Kugel stoßen 7 (7 1/4) kg	Voll Ball 1,5 kg
				411	422 alt. a.d. Stand 423	442	437	445

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
50 - 59 Männer 7+8	1972 - 1963	Wahl-3- Kampf	11504	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				75 m	Weit- sprung	Schleuderball 1,5 kg	Kugel stoßen 6 (6 1/4) kg	Voll Ball 1,5 kg
				417	422 alt. a.d. Stand 423	442	436	445

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
60-69 Männer 9+10	1962 - 1953	Wahl-3- Kampf	11604	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				50 m	Weit- sprung	Schleuderball 1 kg	Kugel stoßen 5 kg	Voll Ball 1 kg
				415	422 alt. a.d. Stand 423	441	435	444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
70-79 Männer 11+12	1952 - 1943	Wahl-3- Kampf	11704	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				50 m Lauf 415	Weit- sprung Zone 422 alt. a.d. Stand 423	Schleuderball 1 kg 441	Kugel stoßen 4 kg 434	Voll Ball 1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
80+ Männer 13+14	1942+ älter	Wahl-3- Kampf	11804	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				50 m Lauf 415	Weit- sprung Zone 422 alt. a.d. Stand 423	Schleuderball 1 kg 441	Kugel stoßen 4 kg 434	Voll Ball 1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
4-5 weibliche Jugend G	2018 - 2017	Wahl-3- Kampf	12044	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m Lauf 415	Weit- sprung Zone 422	Schlag Ball 80 gr 448	Stoß	Voll Ball 600 gr 449

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
6-7 weibliche Jugend F	2016 - 2015	Wahl-3- Kampf	12064	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m Lauf 415	Weit- sprung Zone 422	Schlag Ball 80 gr 448	Stoß	Voll Ball 1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
8-9 weibliche Jugend E	2014 - 2013	Wahl-3- Kampf	12084	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m Lauf 415	Weit- sprung Zone 422	Schlag Ball 80 gr 448	Stoß	Voll Ball 1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
10-11 weibliche Jugend D	2012 - 2011	Wahl-3- Kampf	12104	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m	Weit- sprung	Schlag Ball	X X X X	Voll Ball
				Lauf 415	Zone 422	80 gr 448		1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
12-13 weibliche Jugend C	2010 - 2009	Wahl-3- Kampf	12124	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				75 m	Weit- sprung	Schleuder Ball	Kugel stoßen	Voll Ball
				Lauf 417	Zone 422	800 gr 440	3 kg 433	1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
14-15 weibliche Jugend B	2008 - 2007	Wahl-3- Kampf	12144	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				100 m	Weit- sprung	Schleuder- Ball	Kugel- stoßen	Voll Ball
				Lauf 411	Zone 422	1 kg 441	3 kg 433	1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
16-17 weibliche Jugend A	2006 - 2005	Wahl-3- Kampf	12164	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				100 m	Weit- sprung	Schleuder- Ball	Kugel- stoßen	Voll Ball
				Lauf 411	Zone 422	1 kg 441	4 kg 434	1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
18-19 Frauen 1	2004 - 2003	Wahl-3- Kampf	12184	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				100 m	Weit- sprung	Schleuder- Ball	Kugel- stoßen	Voll Ball
				Lauf 411	Zone 422	1 kg 441	4 kg 434	1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
20 - 29 Frauen 2	2002 - 1993	Wahl-3- Kampf	12204	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				100m	Weit- sprung	Schleuder ball	Kugel stoßen	Voll Ball
				Lauf 411	Zone 422	1 kg 441	4 kg 434	1 kg 444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
				Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
30 -39 Frauen 3+4	1992	Wahl-3- Kampf	12304					
	1983			100m Lauf	Weit- sprung Zone	Schleuder ball 1 kg	Kugel stoßen 4 kg	Voll Ball 1 kg
				411	422	441	434	444

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
				Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
40 - 49 Frauen 5+6	1982 -	Wahl-3- Kampf	12404					
	1973			75 m Lauf	Weit- sprung Zone alt. a.d. Stand	Schleuderball 1 kg 441	Kugel stoßen 4 kg 434	Voll Ball 1 kg 444
				417	422			423

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
				Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
50 - 59 Frauen 7+8	1972 -	Wahl-3- Kampf	12504					
	1963			50 m Lauf	Weit- sprung Zone alt. a.d. Stand	Schleuderball 1 kg 441	Kugel stoßen 4 kg 434	Voll Ball 1 kg 444
				415	422			423

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
				Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
60 - 69 Frauen 9+10	1962	Wahl-3- Kampf	12604					
	1953			50 m Lauf	Weit- sprung Zone alt. a.d. Stand	Schleuderball 0,8 kg 440	Kugel stoßen 3kg 433	Voll Ball 800 gr 443
				415	422			423

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
70 - 79 Frauen 11+12	1952 - 1943	Wahl-3- Kampf	12704	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				50 m	Weit- sprung	Schleuderball 0,8 kg	Kugel stoßen	Voll Ball 800 gr
				Lauf 415	Zone 422 alt. a.d. Stand 423	440	3kg 433	443

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
80+ Frauen 13+14	1942 + älter	Wahl-3- Kampf	12804	Lauf	Sprung	Wurf	Stoß	Wurf II
				50 m	Weit- sprung	Schleuderball 0,8 kg	Kugel stoßen	Voll Ball 800 gr
				Lauf 415	Zone 422 alt. a.d. Stand 423	440	3kg 433	443

Bei den nachfolgenden beiden Angeboten findet keine Siegerehrung nach Platzierungen statt. Jeder Teilnehmer der mitmacht ist ein Gewinner und erhält eine Auszeichnung.

Alter	JG	WK	NR	Disziplinen				
Sportler / innen mit Handycap	Weiblich und männlich Keine Jahrgangseinteilung		12999	Lauf	Sprung	Wurf I	Stoß	Wurf II
				50 m Lauf 415	Weitspr ung Zone 422	Schlagball 80gr 448	Kugelsto ßen 3kg 433	Vollball 600gr 449
				75 m Lauf 417	alt. a.d. Stand 423			

Alter	JG	WK	NR					
4 Jahre und jünger weiblich und männlich	2018 und jünger	Schnupper Wettkampf	99					

Ausschreibung Gemischte Wettkämpfe

Samstag, den 03. September 2022, Beginn: 11.00 Uhr, Einturnen ab 10.30 Uhr

Kampfrichter weiblich / männlich

Jeder Verein, der in den gemischten Wettkämpfen startet, meldet für die Gerätewertung mindestens 1 Kampfrichter namentlich mit Angabe des Gerätes! Die Wertungen an den einzelnen Geräten erfolgt nach dem Schulnotensystem, somit können auch Übungsleiter aus den Vereinen als Kampfrichter fungieren! Die Kampfrichter treffen sich 30 Minuten vor Wettkampfbeginn zur Kampfrichterbesprechung in der Turnhalle.

Meldung der Kampfrichter an Dagmar Gödde, d.godde@lenne-volme-turngau.de

Gemischter Wettkampf, männlich

WK-Nr. 11041: Jahrgang 2018/2017 (4- 5 Jahre)

Gemischter Dreikampf

Boden: Rolle vorwärts.

Sprung: Kastenoberteil längs

Beidbeiniger Absprung auf den Kasten, vorgehen bis zum Ende und Strecksprung in den Stand.

Schlagball 80 g

WK-Nr. 11061: Jahrgang 2016/2015 (6-7 Jahre)

Gemischter Dreikampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung

Sprung: Kasten 80 cm hoch, längs

Mit Stütz der Hände Absprung und aufknien auf den Kasten, aufrichten und gehen bis zum Ende, Strecksprung in den Stand. Anlauf erlaubt!!!

Schlagball 80 g

WK-Nr. 11081: Jahrgang 2014/2013 (8-9 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung in den Hockstand, rollen in die Rückenlage, heben zur Kerze, abrollen in den Stand.

Sprung: Minitramp Strecksprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

50 m Lauf

Schlagball 80 g

WK-Nr. 11101: Jahrgang 2012/2011 (10-11 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand.

Sprung: Minitramp Seitgrätschsprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

50 m Lauf

Schlagball 80 g

WK-Nr. 11121: Jahrgang 2010/2009 (12-13 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Aufschwingen in den Handstand, Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand.

Sprung: Minitramp, Hocksprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

75 m Lauf

Kugelstoß 3 kg

WK-Nr. 11141: Jahrgang 2008/2007 (14-15 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Aufschwingen in den Handstand, Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand und Rad mit 1/4 Drehung in die Bewegungsrichtung zum Stand.

Sprung: Minitramp, Grätschwinkelsprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 4 kg

WK-Nr. 11161: Jahrgang 2006/2005 (16-17 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Handstandabrollen, Strecksprung $\frac{1}{2}$ Drehung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand und Anlauf Radwende-Grätschsprung.

Sprung: Minitramp, Salto vorwärts, Ausführung freigestellt (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 5 kg

WK-Nr. 11181: Jahrgang 2004/2003 (18-19 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Handstandabrollen, Strecksprung $\frac{1}{2}$ Drehung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand und Anlauf Radwende-Grätschsprung.

Sprung: Minitramp, Salto vorwärts, Ausführung freigestellt (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 6 kg

WK-Nr. 11201: Jahrgang 2002/1993 (20-29 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Aufschwingen in den Handstand, Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand und Rad mit 1/4 Drehung in die Bewegungsrichtung zum Stand.

Sprung: Minitramp, Grätschwinkelsprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 7 $\frac{1}{4}$ kg

WK-Nr. 11301: Jahrgang 1992/1983 (30-39 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Aufschwingen in den Handstand, Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand.

Sprung: Minitramp, Hocksprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 7 $\frac{1}{4}$ kg

WK-Nr. 11401: Jahrgang 1982/1973 (40-49 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand.

Sprung: Minitramp, Strecksprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 7 1/4 kg

WK-Nr. 11501: Jahrgang 1972/1963 (50-59 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung in den Hockstand, rollen in die Rückenlage, heben zur Kerze, abrollen in den Stand.

Sprung: Kasten 100 cm hoch, längs

Mit Stütz der Hände Absprung und aufhocken auf den Kasten, aufrichten und gehen bis zum Ende, Strecksprung in den Stand. Anlauf erlaubt!!!

75 m Lauf

Kugelstoß 6 kg

WK-Nr. 11601: Jahrgang 1962 und älter (60 Jahre+)

Gemischter Dreikampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung

Sprung: Kasten 100 cm hoch, längs

Mit Stütz der Hände Absprung und aufhocken auf den Kasten, aufrichten und gehen bis zum Ende, Strecksprung in den Stand. Anlauf erlaubt!!!

Kugelstoß 5 kg

Gemischter Wettkampf, weiblich

WK-Nr. 12041: Jahrgang 2018/2017 (4-5 Jahre)

Gemischter Dreikampf

Boden: Rolle vorwärts.

Sprung: Kastenoberteil längs

Beidbeiniger Absprung auf den Kasten, vorgehen bis zum Ende und Strecksprung in den Stand.

Schlagball 80 g

WK-Nr. 12061: Jahrgang 2016/2015 (6-7 Jahre)

Gemischter Dreikampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung

Sprung: Kasten 80 cm hoch, längs

Mit Stütz der Hände Absprung und aufknien auf den Kasten, aufrichten und gehen bis zum Ende, Strecksprung in den Stand. Anlauf erlaubt!!!

Schlagball 80 g

WK-Nr. 12081: Jahrgang 2014/2013 (8-9 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung in den Hockstand, rollen in die Rückenlage, heben zur Kerze, abrollen in den Stand.

Sprung: Minitramp Strecksprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

50 m Lauf

Schlagball 80 g

WK-Nr. 12101: Jahrgang 2012/2011 (10-11 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand.

Sprung: Minitramp Seitgrätschsprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

50 m Lauf

Schlagball 80 g

WK-Nr. 12121: Jahrgang 2010/2009 (12-13 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Aufschwingen in den Handstand, Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand.

Sprung: Minitramp, Hocksprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

75 m Lauf

Kugelstoß 3 kg

WK-Nr. 12141: Jahrgang 2008/2007 (14-15 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Aufschwingen in den Handstand, Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand und Rad mit 1/4 Drehung in die Bewegungsrichtung zum Stand.

Sprung: Minitramp, Grätschwinkelsprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 3 kg

WK-Nr. 12161: Jahrgang 2006/2005 (16-17 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Handstandabrollen, Strecksprung 1/2 Drehung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand und Anlauf Radwende-Grätschsprung.

Sprung: Minitramp, Salto vorwärts (Ausführung freigestellt, Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 4 kg

WK-Nr. 12181: Jahrgang 2004/2003(18-19 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Handstandabrollen, Strecksprung 1/2 Drehung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand und Anlauf Radwende-Grätschsprung.

Sprung: Minitramp, Salto vorwärts (Ausführung freigestellt, Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 4 kg

WK-Nr. 12201: Jahrgang 2002/1993 (20-29 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Aufschwingen in den Handstand, Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand und Rad mit 1/4 Drehung in die Bewegungsrichtung zum Stand.

Sprung: Minitramp, Grätschwinkelsprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 4 kg

WK-Nr. 12301: Jahrgang 1992/1983 (30-39 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Aufschwingen in den Handstand, Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand.

Sprung: Minitramp, Hocksprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

100 m Lauf

Kugelstoß 4 kg

WK-Nr. 12401: Jahrgang 1982/1973 (40-49 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung, Rolle rückwärts, aufrichten in den Stand.

Sprung: Minitramp, Strecksprung (Bank als Anlaufhilfe erlaubt!)

75 m Lauf

Kugelstoß 4 kg

WK-Nr. 12501: Jahrgang 1972/1963 (50-59 Jahre)

Gemischter Vierkampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung in den Hockstand, rollen in die Rückenlage, heben zur Kerze, abrollen in den Stand.

Sprung: Kasten 100 cm hoch, längs

Mit Stütz der Hände Absprung und aufhocken auf den Kasten, aufrichten und gehen bis zum Ende, Strecksprung in den Stand. Anlauf erlaubt!!!

50 m Lauf

Kugelstoß 4 kg

WK-Nr. 12601: Jahrgang 1962 u. älter (60 Jahre+)

Gemischter Dreikampf

Boden: Rolle vorwärts, Strecksprung

Sprung: Kasten 100 cm hoch, längs

Mit Stütz der Hände Absprung und aufhocken auf den Kasten, aufrichten und gehen bis zum Ende, Strecksprung in den Stand. Anlauf erlaubt!!!

Kugelstoß 3 kg

Ausschreibung

Fit im Team 50+ | Fit im Team 60+ | Fit im Team 70+

Samstag, den 03. September 2022

Beginn: 13:00 Uhr (50+) | 14.00 Uhr (60+) | 15.00 Uhr (70+)

Teilnahmebedingungen:

Jeweils 4 Teilnehmerinnen/Teilnehmer (TN) bilden ein Team.

Fit im Team 50+

- | | |
|--------------------------|---------------------------|
| 1.) reine Frauen-Gruppen | Wettkampf-Nr.: 301 |
| 2.) reine Männer-Gruppen | Wettkampf-Nr.: 302 |
| 3.) gemischte Gruppen | Wettkampf-Nr.: 303 |

Fit im Team 60+

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1.) reine Frauen-Gruppen | Wettkampf-Nr. 304 |
| 2.) reine Männer-Gruppen | Wettkampf-Nr. 305 |
| 3.) gemischte Gruppen | Wettkampf-Nr. 306 |

Fit im Team 70+

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1.) reine Frauen-Gruppen | Wettkampf-Nr. 307 |
| 2.) reine Männer-Gruppen | Wettkampf-Nr. 308 |
| 3.) gemischte Gruppen | Wettkampf-Nr. 309 |

Wertung: Die Bewertung erfolgt nach einem Punktsystem

Aufgaben:

- 1.) **"Bleibt im Gleichgewicht"** -Sensomotorischer Parcours
ohne Zeitvorgabe

Jede/jeder Teilnehmerin/Teilnehmer hält während der Bewältigung des Parcours ein Tablett mit einem (bruchsicheren) Gefäß in einer Hand (Weichbodenmatte - Treppe - Balancierbalken ca. 3m x 15cm - etwa 15cm hoch)

Bewertungskriterien:

Pro TN und selbständig überwundener Bahn je 1 Punkt. Es sind insgesamt 3 Punkte pro TN möglich. Keinen Punkt gibt es, wenn das Gefäß fällt, oder die Bahn verlassen werden muss.

- 2.) **"Vielfältiges mit dem Ball"** Prellen, Werfen, Fangen, Zielen
Zeit: 2 Minuten

A prellt den Ball bis zum Korbsektor und versucht **1x** in den Korb (ca 2,5m hoch) zu treffen und stellt sich hinter den Korbständer

B übernimmt den Ball, geht / läuft zur Abwurfline, wirft den Ball beidhändig über Kopf (Einwurf) zu C und geht / läuft in den Sektor C

C fängt den Ball von B **wirft** ihn mit **einer Hand** zu D und geht / läuft auf den Startsektor

D fängt den Ball von **C**, **prellt einhändig** den Ball zum Korbsektor, etc.

Es können so viele Durchgänge gemacht werden, wie es die 2 Minuten Zeit erlauben. Unter www.turnfest.de ist ein Video zum Download eingestellt, auf dem der Ablauf demonstriert wird.

Bewertungskriterien:

Korbtreffer:	2 Punkte
pro Fangball im Sektor:	1 Punkt
pro geprellter Strecke:	1 Punkt

3.) "Geschicklichkeit ist keine Hexerei" - Koordinationstraining
Zeit: 2 Minuten

Jeder Teilnehmer hat einen Gymnastikstab in der Hand und steht in den angegebenen Sektoren. Ein Ringtennisring ist im Spiel.

A wirft den Ring zu **B** und geht / läuft in den **Sektor B**

B versucht den Ring mit dem Stab von **A** zu fangen, wirft ihn zu **C** und geht / läuft in den **Sektor C**

C versucht den Ring von **B** mit dem Stab zu fangen, wirft ihn zu **D** und geht / läuft in den **Startsektor**

D versucht den Ring von **C** mit dem Stab zu fangen, wirft zu **A**, geht / läuft in den **Sektor B** usw.

Es können so viele Durchgänge gemacht werden, wie es die 2 Minuten Zeit erlauben

Bewertungskriterien:

im Sektor gefangener Ring mit dem Stab: 0,5 Punkte

4.) "Heute ist Washtag" Kombinationsaufgaben von Schnelligkeit, Geschicklichkeit und Planung
Zeit: 2 Minuten

Bedingungen: Die Aufgabe wird von allen TN nacheinander durchgeführt Kleinteile mit einer Klammer befestigen, Hose, Hemd oder T-Shirt mit zwei Klammern befestigen

Jeder Teilnehmer nimmt ein Wäschestück mit einer oder 2 Klammern, geht / läuft zur Leine, hängt es auf und geht / läuft zur Startlinie zurück. Erst dann darf der zweite mit einem Wäschestück und entsprechender Klammerzahl zur Leine. Sind acht Wäschestücke auf der Leine, wird die Wäsche wieder abgehängt und in den leeren Korb gelegt. Es können so viele Wäschestücke auf- und abgehängt werden, wie in 2 Minuten geschafft werden.

Bewertungskriterien:

Aufgehängte oder abgenommene und wieder in den Korb gelegte Wäschestücke mit:

1 Klammer = 1 Punkt
2 Klammern = 2 Punkte

Ausschreibung

16. Lenne-Volme-Dance-Cup

Fun-Dance (Einsteigerwettbewerb für alle Gruppen, die einfach gerne tanzen!)

- | | | |
|-----------|---|-----------------|
| • Kinder: | -12 Jahre, 2 TN dürfen älter sein | Wettkampf 22711 |
| • Jugend: | 12 - 18 Jahre (2 TN dürfen jünger sein ¹) | Wettkampf 22712 |
| • 18+: | ab 18 Jahre, 2 TN dürfen jünger sein | Wettkampf 22713 |
| • 30+: | ab 30 Jahre, 2 TN dürfen jünger sein | Wettkampf 22714 |
| • 50+: | ab 50 Jahre, 2 TN dürfen jünger sein | Wettkampf 22716 |

Wettbewerb angelehnt an die Richtlinien des Deutschen Turnerbundes (DTB)
„Gruppenwettbewerbe 2021, DTB-Dance“.

- Tanzfläche 16 x 16 m
- Übungslänge zwischen 1:30 Minuten und 3:30 Minuten ¹
- 3-16 Teilnehmerinnen (TN) ¹

Bei Fragen einfach bei Michael Wiek (siehe unten) melden.

Ausschreibung

8. Lenne-Volme Gymnastik und Tanz-Wettbewerb

Gymnastik&Tanz Wettbewerbe

- | | | |
|------------------|--|-----------------|
| • Kinder: | -12 Jahre, 2 TN dürfen älter sein | Wettkampf 22820 |
| • Jugend: | 12 - 18 Jahre (2 TN dürfen jünger sein ¹) | Wettkampf 22821 |
| • 18+: | ab 18 Jahre, 2 TN dürfen jünger sein | Wettkampf 22822 |
| • 30+: | ab 30 Jahre, 2 TN dürfen jünger sein | Wettkampf 22823 |
| • 50+: | ab 50 Jahre, 2 TN dürfen jünger sein | Wettkampf 22825 |
| • Offene Klasse: | 11 Jahre und älter (2 TN dürfen jünger sein ¹) | Wettkampf 22824 |

Wettbewerb nach den Richtlinien des Deutschen Turnerbundes (DTB)
„Gruppenwettbewerbe 2021, Gymnastik und Tanz“.

- Fläche 16 x 16 m
- Übungsdauer 2:30 – 3:00 Minuten.
- TN 6-16 (zzgl. Ersatz ¹)

¹ Abweichend von den Richtlinien des DTB

Jeder meldende Verein muss mindestens eine Kampfrichterin bzw. Linienrichterin stellen.
Bei Problemen mit der Einteilung einer Gruppe in eine Altersklasse oder der Frage nach den Richtlinien bitte Michael Wiek kontaktieren.

Meldungen der Gruppen und Kampfrichterinnen bitte formlos an:
Prof. Michael Wiek, Email: michael@wiek.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung weiblicher und männlicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für beide Geschlechter.

Ausschreibung

Fachwahlwettkampf Synchrongymnastik P-Übungen

Weiblicher Bereich, alle Altersklassen

Wettkampf	P-Stufe	Anzahl der Übungen	Handgeräte
601	P1-P3	2	frei wählbar, auch ohne Handgerät
602	P4-P5	2	frei wählbar
603	P6-P7	2	frei wählbar
604	P8-P9	2	frei wählbar

Weiblicher Bereich, ab 40 Jahre

Wettkampf	P-Stufe	Anzahl der Übungen	Handgeräte
701	P11-P12	2	frei wählbar
702	P13-P17	2	frei wählbar

Männlicher Bereich, alle Altersklassen

Wettkampf	P-Stufe	Anzahl der Übungen	Handgeräte
801	P1-P3	2	frei wählbar
802	P4-P5	2	frei wählbar
803	P6-P7	2	frei wählbar
804	P8-P9	2	frei wählbar

Der Fachwahlwettkampf findet als Synchronwettkampf von 2 Gymnastinnen statt. Bei der Meldung muss angegeben werden, welche Paare welche P-Stufen mit welchen Handgeräten turnen.

Handgeräte:

Ball – Band – Seil – Reifen – Keulen (weiblicher Bereich)

Hanteln – Keulen – springender Medizinball – Seil (männlicher Bereich)

Die erforderlichen Handgeräte sind mitzubringen.

Die Handgeräte können nur einmal gewählt werden.

Beim Wettkampf 601 (P1-P3) kann eine Übung ohne Handgerät geturnt werden.

Es gelten die Richtlinien des DTB (siehe „Aufgabenbuch Gymnastik 2018“).

Die Anzahl der Übungen und die Freigabe der Altersklassen dieser Ausschreibung weicht ab!

Jeder meldende Verein muss mindestens eine Kampfrichterin stellen.

Meldungen der Gymnastinnen und Kampfrichterinnen bitte formlos an:
Prof. Michael Wiek, Email: michael@wiek.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung weiblicher und männlicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für beide Geschlechter. Einzige Ausnahme ist die Unterteilung des Wettkampfs in weiblichen und männlichen Bereich.

Ausschreibung Herbstwettkämpfe 2022

Sonntag den, 04.09.2022

<u>Zeitplan:</u>	<u>Wettkampf: M</u>	<u>Wettkampf: XK</u>
Erwärmung:	09:00 Uhr	12:00 Uhr
Antreten:	09.30 Uhr	12:30 Uhr
Wettkampfbeginn:	09.45 Uhr	12.45 Uhr

Einturnen immer nur für das unmittelbar folgende Wettkampfgerät.

Wettkampf-Nr.:	Jahrgang	M-Übung*
501	2015 u. jünger	1-3
502	2014 / 2013	1-4
503	2012 / 2011	2-5
504	2010 / 2009	3-7
505	2008 / 2007	4-8
506	2006 / 2005	5-9
507	2004 u. älter	5-9

Wettkampf-Nr.:	Jahrgang	XK-Übung
508	2013 u. jünger	XK 3
509	2012 / 2011	XK 3
510	2010 / 2009	XK 2
511	2008 / 2007	XK 2
512	2006 / 2005	XK 2
513	2004 / 2003	XK 2
514	2002 u. älter	XK 2

Bodenmusik:

Ab Übung M6 muss mit Musik geturnt werden, es darf nach der vorgegebenen Musik oder nach einer selbst ausgesuchten Musik geturnt werden. Eine Ausnahme gibt es bei der M5, diese darf mit der vorgegebenen, einer eigenen oder ohne Musik geturnt werden.

Wertungsverfahren:

So wie wir es besprochen haben.

Kampfrichterregelung:

Die Kampfrichter sind schriftlich per E-Mail zu melden an: petra_rosenbach@web.de
Pro 10 Turnerinnen muss ein Kampfrichter (in beiden Durchgängen) gestellt werden. Bei fehlender Kampfrichtermeldung ist der Verein nicht zur Teilnahme berechtigt.

Der Wettkampf für XK wird nur stattfinden, wenn mindestens 3 Kampfgerichte zur Verfügung stehen.

Sprung wird so geturnt wie wir es besprochen haben.

Höhenangaben für Sprung, Reck/Barren und Balken:

Sprung:

Sprung für XK 2: Tisch oder Pferd über 1,20 bis 1,25 m wahlweise

Sprung für XK 3: Tisch oder Pferd über 1,10 m bis 1,25 m wahlweise

Es dürfen 2. verschiedene Sprünge gezeigt werden.

Sprung:

Als M 5 wird nur die Sprunghocke angeboten, die Alternative (Handstütz-Sprungüberschlag vw in die Rückenlage) entfällt.

Reck / Barren: Mindesthöhe

M1:	Reck	☐	Schulterhoch
M2:	Reck o. unterer Barrenholm	☐	Schulterhoch / 1,50 m o. 1,60 m
M3:	Reck o. unterer Barrenholm	☐	Schulterhoch / 1,50 m o. 1,60 m
M4:	Reck o. unterer Barrenholm	☐	Schulterhoch / 1,50 m o. 1,60 m
M5:	Reck o. unterer Barrenholm	☐	Schulterhoch / 1,50 m o. 1,60 m
M6:	Reck o. unterer Barrenholm	☐	Schulterhoch / 1,50 m o. 1,60 m
M7:	Stufenbarren	☐	1,50 m/2,30 m o. 1,60 m/2,40 m
M8:	Stufenbarren	☐	1,50 m/2,30 m o. 1,60 m/2,40 m
M9:	Stufenbarren	☐	1,50 m/2,30 m o. 1,60 m/2,40 m

Der Stufenbarren kann auf Antrag bei größeren Turnerinnen höher gestellt werden.

Balken: Mindesthöhe

M1:	Turnbank oder Übungsbalken
M2:	Turnbank oder Übungsbalken
M3:	Balken 0,80 m
M4:	Balken 0,80 m
M5:	Balken 1,00 m
M6:	Balken 1,00 m
M7:	Balken 1,20 m
M8:	Balken 1,20 m
M9:	Balken 1,20 m

Der Balken kann auf Antrag bei größeren Turnerinnen höher gestellt werden.

Ausschreibung Gau-Pokal-Liga 2022

Sonntag, 04.09.2022

im Rahmen des Gauturnfestes in Kierspe, 4-Feld-Halle der Gesamtschule

Teilnehmer: Einzelturner, keine Mannschaftswertung

Klasseneinteilung:

Schüler C:	Jahrgang 2013 u. jünger	WK-Nr. 401
Schüler B:	Jahrgang 2011 – 2012	WK-Nr. 402
Schüler A:	Jahrgang 2009 – 2010	WK-Nr. 403
Jugend B:	Jahrgang 2007 – 2008	WK-Nr. 404
Jugend A:	Jahrgang 2005 – 2006	WK-Nr. 405

Wettkämpfe: geturnt wird jeweils ein Wahl-Pflicht-6-Kampf der bekannten Pflichtübungen an den Geräten Boden, Pauschenpferd, Ringe, Sprung, Barren und Reck;
in allen Altersklassen dürfen Übungen zwischen Stufe 3 und 9 gewählt werden; Übungsänderung Ringe Stufe 7: anstatt Zugstemme jetzt drei Klimmzüge und ein gespanntes Heben in den Stütz durch Trainerhilfe kurz oberhalb des Fußes;

Sprung: Konkretisierungen wie folgt, Gerätehöhen beliebig:
Stufe 5: Sprunghocke über Bock
Stufe 6: Sprunghocke über Tisch

Wettkampfdurchführungen in einem Durchgang;

Kampfrichter: jeder teilnehmende Verein sollte Kampfrichter stellen;
Meldung bitte an Eckhard Matzner per E-Mail: eckhard.matzner@arcor.de

Siegerauszeichnungen: jeder Teilnehmer erhält bei jedem Wettkampf eine Urkunde;
in jeder der fünf Wettkampfklassen werden 3 Pokale = Gold/Silber/Bronze vergeben;
bei der Pokalwertung entscheidet nach Addition der Platzierungen der besten 3 geturnten Wettkämpfe die niedrigste Summe. Nur wer an mindestens 3 Wettkämpfen teilgenommen hat, geht in die Pokalwertung ein!

Alle Aktiven werden zusätzlich am letzten Wettkampftag mit Medaillen geehrt.