

Festsetzungen zu den P-Übungen (nur Variante A, P 1 – P 8) ausschliesslich gültig für den MHTG

Als Ergänzung zum aktuellen Fragen und Antworten Katalog vom DTB unter www.kari-turnen.de

Allgemeines:

- 1) Turnerinnen dürfen beim Wettkampf auch Hotpants oder Caprihosen tragen, die aber die gleiche Farbe wie der Turnanzug haben müssen. Hinweis: bei Mannschaftswettkämpfen muss die Entscheidung ob Hosen getragen werden einheitlich in der Mannschaft getroffen werden. Alle müssen die gleichen Hosen tragen damit wieder ein einheitliches Bild entsteht.
- 2) Boden und Balken, da die Übungen sehr raumgreifend sind, darf die Turnerin zur Vermeidung von Verletzungen mehrere Schritte rückwärts bzw. eine ½ beidbeinige Drehung machen. Gilt aber nur dann, wenn der Platz nicht ausreicht.
- 3) Drehungen sind exakt zu beenden (Absetzen der Ferse oder des Spielbeines), ansonsten wird der Wert des Elementes abgezogen. Die Spielbeinhaltung ist, soweit in der Ausschreibung nichts festgelegt ist, freigestellt. Sie muss jedoch während der gesamten Dauer der Drehung beibehalten werden. Sonst Abzug 0,1 – 0,5 P. einmalig von der E-Note.
- 4) Sprünge am Boden und Balken, sollten mindestens 10 cm hoch gesprungen sein. Bei Spagatsprüngen darf das Bein „entwickelt“ werden.
- 5) Auslassen eines Elementes/Ersatz durch ein anderes Element ergibt den Abzug W.d.E. + 1,0 P.
- 6) Boden: Handstandproblematik
A: Es wird Handstand abrollen verlangt (P5) und das Mädchen macht einen Handstand **ohne Abrollen**, dann Handstand abrollen => 1. Handstand= **W.d.E. + Haltung** 2. Handstand = **keine Anerkennung + Abzug für Wiederholen eines Elements mit 0,5 P. + Haltung**
B: Es wird Handstand abrollen verlangt und das Mädchen macht nur einen Handstand ohne abrollen = fehlendes Element (Wert des Elements) und Haltung.
C: Es wird gar nicht erst versucht das Element zu turnen= Wert des Elements + 0,5 (Auslassen eines Elements)

Sprung:

- 1) P1 – P3: Beim Anlauf sind nur die vorgeschriebene Anzahl der Schritte erlaubt, jeder weitere Schritt wird mit 0,1 P bestraft. Bis max. 7 Schritte
- 2) P 3, beim Aufhocken Landung mit den Füßen zwischen den Händen, das Vorlaufen kann langsam oder schnell ausgeführt werden (auch als Einsprung).

Reck:

- 1) P 2, beim Klimmzug muss nur die Nase über die Stange gehoben werden und anschließend in den Hockhangstand abgesenkt werden. Erst danach dürfen die Beine gestreckt werden für den Stand.
- 2) P 3, beim stangennahen Niedersprung kann die Endposition mit gestreckten oder mit gebeugten Armen sein. Hauptsache der Körper steht senkrecht. Zwischenfedern ist erlaubt, siehe Änderung der Ausschreibung. Unterschwingung kann gespreizt oder mit geschlossenen Beinen geturnt werden. Es erfolgt keine höhere Wertigkeit.
- 3) P 7, Spreiz-Kippaufschwung mit Rückspreizen ist nicht möglich. Gemeint ist Spreiz-Kippaufschwung, anschließend Rückspreizen.

Balken:

- 1) Wenn beim Abgang kein Anhüpfer/Anlauf für z.B. das Rondat erfolgt, gibt es keinen Abzug
- 2) P 1, analog der P 4 am Boden müssten die Nachstellschritte hier auch zuerst mit rechts, dann mit links erfolgen. Gegengleiches Turnen erkennen wir an. Nachstellhüpfer statt Nachstellschritte sind erlaubt, da höherwertige Ausführung aber kein anderes Element.
- 3) P2: Einspringen statt Senken in den halbhohen Hockstand bei Punkt 3 ist erlaubt.
- 4) P 3, die Coupé-Schritte dürfen auf dem ganzen Fuß gezeigt werden. Die Relevé-Schritte können auch insgesamt auf dem Ballenstand gezeigt werden (nicht heben in den Ballenstand), die Spielbeinhaltung ist freigestellt, darf aber nicht Coupé oder Passé sein, sonst anderes Element.
- 5) P 4, der Seitstand vorlings beim Aufgang ist einzuhalten, sonst W.d.E.
- 6) P 5, Schritte mit Vorhochspreizen werden anerkannt, soweit ein Vorhochspreizen erkennbar war. Ansonsten erfolgen die Abzüge bis 10° Abweichung 0,1 P., > 10° Abweichung **oder Auslassen** 0,3 P.
- 7) P 6, Handstütz mit oder ohne Scheren der Beine: die Handstützposition mit geschlossenen Beinen muss auch beim Handstütz mit Scheren erkennbar sein.
- 8) P 6: bei der Standwaage heißt es „Aufrichten des Oberkörpers und Senken des Beines mit 1/8 LAD in den Querstand“! Fehlt die 1/8 Drehung in der Standwaage bzw. beim Aufrichten = 0,3 P. Abzug.

- 9) P 7: beim Strecksprung mit $\frac{1}{2}$ LAD muss das vordere Bein mitgenommen werden, nur dann kann die $\frac{1}{2}$ Relevé LAD vorwärts (beidbeinig) in die richtige Richtung geturnt werden. Es kann auch ein „offener“ Strecksprung $\frac{1}{2}$ LAD geturnt werden, allerdings muss dann ein Schritt erfolgen, dass die $\frac{1}{2}$ Relevé LAD beidbeinig in die richtige Richtung geturnt werden kann.

Boden:

- 1) Das Verlassen der Matte während der Übung in der Länge ist erlaubt, seitlich gibt es Abzug. Arbeitsbuch S. 112, gerätespezifischer Abzug.
- 2) P 2, für die Rückenschaukel dürfen die Beine angezogen werden. Rückenschaukel in Schiffchenposition wird aber auch anerkannt. Das Aufrichten ist „beliebig“ ausgeschrieben. Kann also auch wie beim Balken über die Schrittposition erfolgen.
- 3) P 3: Fußhaltung im Absprung zum Hocksprung sowie auch im Hocksprung kann auch nacheinander sein. Aber enge Fußhaltung.
- 4) P 3: Rad: Grundsätzlich ist ein Rad im „Seitverhalten“ zu beenden. Hier ist aber ein „Balkenrad“ (Aufrichten mit $\frac{1}{4}$ Drehung) gemeint. Der Abzug „Landing nicht im Seitverhalten“ gilt nur für die B-Variante. Erfolgt die Landing nicht im Seitverhalten erfolgt ein Abzug wie bei Frage 1 (Fehlerhafte Arm-/Beinführung in tänzerischen/gymnastischen Bewegungen 0,1 – 0,5 P.; unser Vorschlag 0,3P)
- 5) P 4: eigentlich zuerst Rad links, dann rechts. Gegengleiches Turnen erkennen wir an.
Beide Räder sind im Seitverhalten zu landen, dann erfolgt die $\frac{1}{4}$ Drehung in die Bewegungsrichtung. Die $\frac{1}{4}$ Drehung kann auch bereits im Aufrichten erfolgen (schwerere Ausführung). Beim Bezirksentscheid wird die schwerere Ausführung verlangt.
- 6) P5: hier ist wieder ein Rad mit $\frac{1}{4}$ Drehung verlangt → Balkenrad
- 7) P 5: Kopfstand muss nicht 2 Sekunden gehalten werden.
- 8) P 6: bei der Verbindung zu Nr. 2: „Rondat, Strecksprung, Rolle rw durch den hohen Hockstütz, Strecksprung mit Beinwechsel“, kann die Rolle rw in der Schrittstellung oder in der geschlossenen Position gelandet werden. Bei Landing in geschlossener Position, Strecksprung Landing in Schrittstellung. Sonst Unterbrechung der Verbindung.
Bei der Verbindung Strecksprung, Hocksprung sind die Arme oben zu lassen.