

**Handhabung neues Aufgabenbuch im Turngau Wendelstein****Trainersitzung am 28. Feb. 2015**

- Korrekturstand nach C-Kari-Lehrgang (Dagmar Grönbold)
- Korrekturstand nach Diskussion am 30.04.2016 zu „Boden“ P7 Ziff.9

Ort: Turnhalle TSV Bad Endorf

Teilnehmer siehe Unterschriftsliste (Personenanzahl 28)

**Vertretene Vereine:**

TSV Dorfen  
SV Ostermünchen  
TSV Egmating  
TSV Erding  
SpVgg Altenerding  
SV Bruckmühl  
TSV Bad Endorf  
TSV Ebersberg  
SV Anzing  
WSV Glonn  
SV DJK Kolbermoor  
TSV Fischbach

siehe auch:

[www.kari-turnen.de](http://www.kari-turnen.de)

[www.btv-turnen.de](http://www.btv-turnen.de)

[www.turnbezirk-oberbayern.de](http://www.turnbezirk-oberbayern.de)

Oberkampfrichterin Christa Knarr

mailto: [Christa.knarr@gmx.de](mailto:Christa.knarr@gmx.de)

Kampfrichterwartin GTw Turnbezirk Oberbayern

Dagmar Grönbold

mailto:kari-wl@turnbezirk-oberbayern.de

Beginn

9:00 Uhr

Ende

ca. 15:00 Uhr

Unter Moderation von Jens Schwenker begannen die Teilnehmer mit der Analyse der neuen P-Übungen anhand des Aufgabebuchs 2015.

Da das Aufgabenbuch Bilder zu den Übungen zeigt, als wichtige Anmerkungen zu Beginn:

**Text geht vor Bild** (siehe Handbuch S. 23) .- Im Zweifel gilt C.d.P. (Code de Pointage).

Ab Ende März 2015 fanden KaRi-C-Li zenzverlängerungs-Lehrgänge unter der Leitung von Dagmar Grönbold (in den folgenden Texten immer **DG** deklariert). In diesen Lehrgängen wurden die neuem P-Übungen vorgestellt und besprochen. Abweichende Gaufestlegungen sind weiterhin möglich, falls jedoch auf weiterführenden Wettkämpfen (z.B. ab Bezirksebene) geturnt wird, sind diese Abweichungen unwirksam.

Ab Seite 23 gibt es Allgemeine Hinweise für die Übungsausschreibungen zum Wettkampfprogramm P1 bis P9, die zum besseren Verständnis der Übungen beitragen können.

Hier ein paar Ausführungshinweise, bei denen immer wieder Fragen auftauchen:

- **Pflichtelemente** sind **FETT** markiert, Reihenfolge muss eingehalten werden
- Zusätzliche Schritte / Posen am Boden, Schwebebalken frei gewählt sind möglich, allerdings ohne den Übungsfluss zu behindern.
- „Anlauf“ vor Pflichtelement bedeutet mind. 2 Schritte oder 1 Schritt+Anhüpfer
- Die Ausschreibung regelt im Zweifel die Geräthöhe und die Zuordnung zur P-Übung z.B. ob die P6 am kleinen oder großen Schwebebalken zu turnen ist...  
Falls Abweichungen, ist **stets der Ausschreibungstext gültig!**
- Falls Pflichtelement ausgelassen bedeutet dies WdE (Wert des Elements) **+ 0,5 Abzug**

Hinweis: Die Ahndung von Regelverletzungen des Trainers ist auf Seite 32 geregelt

Landungsfehler  
(echter) Sturz

bis **maximal**

Abzug **-0,8**

Abzug **-1,0**

Tipp: am besten die Seiten 36 und 37 zu den Ausnahmen durchlesen

---

Hinweise seitens Dagmar Grönbold (**DG**) an einem der Lehrgänge zur KaRi-C-Lizenzverlängerung.

Zur Wertung gibt es die D1- und die E1-Note:

Einsprung ist möglich bei der D1-Note, kein Einspruch ist möglich bei der E1-Note (max. 10 Punkte)

Ein KaRi sollte (idealerweise) so vorgehen:

Name der Turnerin + Symbole + Abzüge ← Übung mitnotieren / ein **Video** ist **nicht zugelassen!**

Schritte + kleine Posen sind zulässig für Balken/Boden, jedoch keine turnerischen Elemente

Verbindung: dazwischen Schwungholen ist erlaubt

(jedoch zügige Aneinanderreihung), ansonsten generell

Abzug -0,5

Anlauf sind mindestens 2 Laufschrirte oder 1 Laufschrirrt+Anhüpfert

Falls ein Pflichtteil ausgelassen wird, Abzug (Wert des Elements)

W.d.E. + Abzug -0,5

Falls nur technischer Fehler

W.d.E.

Es zählt immer nur 1. Versuch, bei Ersatz durch anderes Element

W.d.E. + Abzug -0,5

**Ausführungsfehler werden begleitend immer mit abgezogen!**

Weitere

Abzüge: zusätzliches Element

Abzug -0,5

Wiederholung

Abzug -0,5

Vertauschen der Reihenfolge

Abzug -0,5

Sicherheitsstellung auf Matten für Landungen

*Sprung und Balken*

hinter dem Gerät

*Barren* Aufenthalt während der gesamten Übung im ganzen Bereich des Gerätes erlaubt

*Boden* kein Aufenthalt erlaubt

Bei Hilfeleistung

Abzug -1,0

Unerwartete Anwesenheit des Trainers

Abzug -0,5

Keine Benutzung der Landesmatte

Abzug -0,5

Zusätzliche Unterlagen

Abzug -0,5

Neutrale Abzüge

Zeitüberschreitung Balken

Abzug -0,1

Zeitüberschreitung Boden

Abzug -0,1

Linienüberschreitung 1 Fuß

Abzug -0,1

Linienüberschreitung 2 Körperteile

Abzug -0,3

Zu kurze Übung, z.B. Aufgabe wegen Verletzung:

Es müssen **mindestens 50%** der Übung geturnt werden (z.B. bei 11 **Pflicht**-Elementen (im Buch **fett** gedruckt mindestens 6 Elemente), falls nein erfolgt ein **NEUTRALER ABZUG** von **-5,0** von der Endnote.

### Weitere Anmerkungen DG:

Während der Übung ungenügende Dynamik / Körperhaltung

bis maximal

Abzug -0,5

Landung zu dicht am Balken/Boden bis maximal

Abzug -0,3

Karrenzzeit 30 Sekunden am Barren, 10 Sekunden am Balken (sobald wieder auf den Füßen),  
ansonsten gilt die Übung als beendet

Sprünge, Salti über Hüfthöhe

Spreizwinkel	Abweichung 00 – 20 Grad	Abzug <b>-0,1</b>
	Abweichung 21 – 45 Grad	Abzug <b>-0,3</b>
	Abweichung > 45 Grad	W.d.E.

Drehungen: Ferse + Hüfte müssen in einer Linie sein bzw. absetzen auf Ferse bzw. auf Spielbein

Handstände:	Zeitunterschreitung (<2sek.)	Abzug W.d.E.
	Abweichung 10 – 45 Grad	Abzug <b>-0,3</b>

Verbindungsunterbrechung Abzug **-0,3**

Gilt bei - Stopp / Sturz / zus. Schritt / Gleichgewichtsverlust / Abstützen Bein gegen Balkenseite

Verbindungsunterbrechung gilt auch, falls falsches Pflichtelement in Verbindung geturnt wird.

Beispiel: P6 am Boden

Zu turnen wäre: Anlauf, Anhüpfer – **Radwende** (1,0 Pkt.) und **Strecksprung** (0,2 Pkt.)

Tatsächlich wird geturnt: Anlauf, Anhüpfer – Rad und **Strecksprung**

**Wertung:** W.d.E. (-1,0) und -0,5 für die fehlende RW und -0,5 Verbindungsunterbrechg. Gesamt: -2,0

Abgang fehlt / falsch: Abzug W.d.E. und -0,5

Landungsfehler bis maximal Abzug **-0,8**

(echter) Sturz Abzug **-1,0**

\*\*\*

Die allgemeinen Abzüge zur E-Note sind auf Seiten 29/**30** des Aufgabenbuchs zu finden.

Zu **SPRUNG**:

Wir werden bis zur P5 im Turngau Wendelstein - wie bisher - Abweichungen vom Handbuch haben.

- P1 bis P3 wird gleichbehandelt, d.h. defacto gibt es nur eine Ausgangswertung **P3**,
  - Anlauf und
  - Aufsprung auf das Sprungbrett mit
  - schnellkräftigem Absprung zum **Strecksprung auf eine Weichbodenmatte** (30cm+zusätzliche Matte(n) 10cm) ergibt Gesamthöhe ca. 40cm
  - Landung beidbeinig
  
- **P4** (Höhe **3** Kastenteile / Unterteil, 1 Mittelteil, Oberteil)
  - Anlauf und
  - Handstützsprungüberschlag vorwärts
  - mit Landung in der Rücklage (Schiffchenposition)
  
- **P5** (Höhe **4** Kastenteile / Unterteil, 2 Mittelteile, Oberteil)
  - Anlauf und
  - Handstützsprungüberschlag vorwärts
  - **mit Abdruck von den Händen** (2. Flugphase) und
  - Landung in der Rücklage (Schiffchenposition)

Hinweis: **fehlender deutlicher Abdruck -0,5, so dass Ausgangswert 4,5 wie bisher P5**

Ab P6 gelten die Aufzeichnung im Handbuch

Achtung: im Turngau Wendelstein können zwei (2) unterschiedliche Sprünge gezeigt werden (dies wurde bisher so gehandhabt und soll auch weiterhin so gelten).

**Ab** Turnen auf **Bezirksebene** bzw. gemäß Handbuch S. 38 / Pkt. 5.1 oben **ist dies nicht erlaubt**; hier muss bei beiden Sprüngen der gleiche Pflicht-Sprung gezeigt werden.

NEU: (S. 38)

- Anlauf und Absprung werden mit bewertet (wurde möglicherweise bisher auch so gehandhabt).
  
- Jede Turnerin hat **2 Sprünge**  
Soweit beim (1. verweigerten) Anlauf nicht das Sprungbrett berührt wird, ist ein zusätzlicher Anlauf **mit Abzug** von **-1,0** möglich  
Auf Seite 38 sind diverse Wertungsbeispiele aufgezeigt ....  
z.B.
  - Tu´in läuft 1. mal an, verweigert und läuft am Brett vorbei, somit wird der 2. Anlauf mit -1,0 Abzug vorgemerkt
  - Tu´in läuft 2. mal an, hat gültigen 1. Sprung, dann wird von dieser Wertung -1,0 abgezogen
  - Tu´in läuft 3. Mal an, hat gültigen 2. Sprung, normale Sprungwertung  
die bessere Sprungwertung wird eingetragen

**DG**

Flugphase 1    Abzüge    Hüftwinkel **bis -0,5**    Schulterwinkel **bis -0,5**

Flugphase 2    Abzüge    Höhe **-0,1 bis -1,0**    Weite **-0,1 bis -1,0**

Abzüge für geöffnete Füße, ungenügende Hocke/Bücke, geöffnete Knie/Beine jeweils pro Phase

Landungsabweichung von gerader Linie    Abzüge **-0,1 bis -0,5**

Dynamik ist subjekt    Abzüge **-0,1 bis -0,5**

## Zu **Barren:**

Vorab: siehe auch Hinweise auf S. 52 / Pkt. 6.1

- Zwischenschwung ist ein zusätzliches „Schwungholen“ (je Element 1x) Abzug **-0,1**
- Fehlender (geforderter) Rückschwung Abzug **-0,3**
- **P5/Ziff. 1** bzw. **P6/Ziff. 1** Gerät-/Holmhöhe  
**es wurde festgelegt, dass die Holmhöhe in etwa Stirnhöhe der Turnerin haben darf.**  
**DG:** Hinsprung ist erlaubt  
bei Rückschwung darf die Hüfte nach oben angewinkelt werden (nicht die Füße)
- **P7/Ziff. 2** der Vorschwung kann weggelassen werden,  
wenn unmittelbar aus oder nach der Kippe der Rückschwung geturnt wird.

## KaRi-Angaben DG

- **DG:** Riesenaufschwung ungenügender Felgansatz Abzüge **-0,1 bis -0,5**  
zu starker Hüftwinkel Abzüge **-0,1 bis -0,5**
- **DG:** Kippe ungenüg. Aufstrecken / Kippbewegung Abzüge **-0,1 bis -0,5**
- **DG:** Aufhocken auf Stange zu früh Abzug **-0,3**  
nacheinander Abzug **-0,3**  
einbeinig Abzug **W.d.E.**

Die restlichen P-Übungen zum Barren sind ohne weitere gauspezifische Festlegungen.

## Zu **Balken:**

Vorab: siehe auch Hinweise auf S. 70 / Pkt. 7.1

- Gerätehöhen (**Höhen gemessen jeweils über Matte**)  
Bitte jedoch jeweilige Ausschreibung beachten; im Turngau Wendelstein **meist:**  
P1 / P2 → Turnbank schmale Unterseite oder Übungsbalken  
P3 / P4 / P5 → Balken, Höhe ca. 0,85 m  
P6 → Balken Höhe ca. 0,85 m (**ca. 1,05 cm erlaubt**)  
P7 / P8 / P9 → Balken, Höhe ca. 1,05 m
- Für Angang ist Sprungbrett erlaubt.
- Soweit beim (1. verweigerten) Anlauf nicht das Sprungbrett berührt wird, ist ein weiterer Anlauf **mit Abzug von -1,0** möglich.
- Um gegengleiches Turnen zu ermöglichen, ist weiterer Schritt mehr oder weniger erlaubt.
- Unterbrechung einer Verbindung **-0,5** Abzug.
- **P4/Ziff. 6** 1-2 Schritte mit Vorspreizen , gegengleich ...  
im Handbuch ist kein Pflichtteil in dieser Ziffer vermerkt („??muss ich das turnen ....“)  
**es wurde festgelegt, dass es einen Abzug von je -01, gibt, falls diese Ziff. 6 nicht geturnt wird.**
- **P6/Ziff. 1** Angang im Bild falsch dargestellt (sh. jedoch **Text vor Bild**)

- **P7/Ziff. 5** Strecksprung mit  $\frac{1}{2}$  LAD  
 es sind 2 Varianten der Ausführung erlaubt, nämlich:
  - Strecksprung,  $\frac{1}{2}$  LAD anschließend → (R) hinterer Fuß wird zum (L) vorderen Fuß und  
 → (L) vorderer Fuß wird zum (R) hinteren Fuß
  - oder
  - Strecksprung,  $\frac{1}{2}$  LAD anschließend → (R) hinterer Fuß bleibt (R) hinterer Fuß und  
 → (L) vorderer Fuß bleibt (L) vorderer Fuß

Zum **Handstand** gilt für Boden **und** Balken:

Die **Hände** können von **oben und unten** kommen,

d.h. Anschwingen – Beine vorne absetzen und Armzug von oben/von unten in die Handstützposition aufschwingen (gilt sowohl für den flüchtigen, als auch den in der Senkrechten gehaltenen 2-sec.-Handstand).

### **KaRi-Angaben DG**

Pause mehr als 1 Sekunde		Abzug -0,1	
Übertriebener Armschwung vor gymnastische Elementen		Abzug -0,1	
Rhythmus mangelhaft, Stützen eines Beines		Abzug -0,3	
Gleichgewicht		Abzüge -0,1 bis -0,5	
Sturz gegen / auf das Gerät		Abzüge -1,0	
Halteelemente – bei Zeitunterschreitung (2 Sek)		Abzüge <b>W.d.E.</b>	
z.B. Standwaage ab P5			
Handstand P8 (Abweichung max. 10 Grad)			
Standwaage / Kniewaage	über Wagrechte	kein Abzug	
	in Wagrechte	Abzug -0,3	
	unter Wagrechte	Abzüge <b>W.d.E.</b>	
Die <u>Position des Oberkörpers ist egal</u>			
Flüchtiger Handstand	Abweichung 00 – 10 Grad	kein Abzug	
	Abweichung 11 – 45 Grad	Abzug -0,3	
	Abweichung > 45 Grad	W.d.E.	
Bei Pferdchen mit $\frac{1}{2}$ Drehung	Bein kann vorne oder hinten abgesetzt werden		
P6 / P8	Vorspreizen mindestens 90 Grad		
Fehlende Teile	Ballenstand	Abzug -0,3	
	Nachstellsprung	Abzug -0,3	
	Rückschwung bei Angang	Abzug -0,3	
	Anlauf zum Abgang	Abzug -0,3	
<b>Zeithinweise</b>	P7 – P9	max. 90 Sekunden	Abzug -0,1 (neutral)
	P3 – P6	max. 60 Sekunden	Abzug -0,1 (neutral)
	P1 – P2	max. 30 Sekunden	Abzug -0,1 (neutral)

Zu **Boden**:

Vorab: siehe auch Hinweise auf S. 93 / Pkt. 8.1

- **P1/Ziff. 4** Rückenschaukel  
mit gebeugter Hüfte, keine „Kerze“, aufrichten mit **geschlossenen Füßen oder in Schrittstellung**.  
Bildliche Darstellung weicht ab, **Schaukeln mit gebeugten Beinen erlaubt**.
- **P2/Ziff. 5** Rückenschaukel → wie bei P1  
**Schaukeln nahezu in Schiffchenposition mit gestreckten Beinen**.
- **P3/Ziff. 2** Kerze  
**Arme müssen beim zurückrollen gestreckt oben sein (es ist nur eine flüchtige Kerze, ein Halten ist nicht erforderlich, daher auch Arme oben realisierbar)**.
- **P3/Ziff. 5** Handstützüberschlag sw (Rad)  
Es sind **Schritt und Anhüpfer** gefordert.
- **P4/Ziff. 1** Handstandabrollen  
in P4 **darf noch mit gebeugten Armen** abgerollt werden  
(ab P5 muss mit gestreckten Armen abgerollt werden).
- **P4/Ziff. 3** Rolle rw durch hohen Hockstütz  
nach intensiver Begutachtung wurden die Merkmale wie folgt festgelegt  
- **Arme** müssen **gestreckt** sein  
- **Landung** mit den Füßen muss **beidbeinig** sein  
- sicherer/deutlicher Stütz  
Alternative: Felgrolle diese **muss nicht in der Hocke enden**
- **P4/Ziff. 4** zu „Anhüpfer“  
die Füße können sowohl **offen**, als auch **geschlossen** sein
- **P5/Ziff. 1** Handstandabrollen  
ab P5 **muss mit gestreckten Armen** abgerollt werden.
- **P5/Ziff. 4** Hüpfer mit Vorspreizen , gegengleich ...  
im Handbuch ist kein Pflichtteil in dieser Ziffer vermerkt („??muss ich das turnen ....“)  
es wurde festgelegt, dass es einen **Abzug von je -0,1**, gibt, falls diese Ziff. 6 nicht geturnt wird.
- **P7/Ziff. 5** zu Pferdchensprung mit ½ LAD  
Nach der Drehung kann der 2. Fuß **sowohl vorne**, als **auch hinten** abgesetzt werden
- **P7/Ziff. 9** Hockbücksprung  
Korrekturfestlegung 01.05.2016  
Es darf nur **beidbeinig** abgesprungen werden, (da keine Vorgabe in der Ausschreibung).  
**DG**:“Diebsprung“ / der Absprung **muss ab Bezirksebene beidbeinig** erfolgen.

- **P8/Ziff. 5** Rad mit Flugphase  
es wurde festgestellt, dass ein Abdruck nur *durch strecken der Arme nach unten* erfolgen kann, da andernfalls der Abdruck nicht deutlich genug sichtbar ist. Innerhalb des Turngau gibt es unterschiedliche Auffassungen, ob die Arme nach oben oder unten weggezogen, entscheidend ist hier, dass der **Abdruck deutlich sichtbar sein muss (DG)**
- **P8/Ziff. 9** Senken in die flüchtige Spagatposition  
für Gau: für das Absenken ist **der Einsatz der Hände zum Abstützen erlaubt**.
- **P9/Ziff. 3** zu Kadettsprung (mind. 135 Grad)  
die Angabe scheint in der beschriebenen Variante nicht durchführbar; diverse Mädchen führten den Kadettsprung vor, ein Erreichen des Winkels ist unserer Ansicht nicht denkbar – ca. 90 Grad scheinen erreichbar.  
Wir werden uns hier noch detaillierter informieren und ggf. wieder informieren.
- **P9/Ziff. 7** Absprung zum Flick-Flack mit gespreizten Beinen („Menichelli“)  
für Gau: es ist sowohl ein **einbeiniger**, als auch ein **beidbeiniger Absprung** erlaubt.

### KaRi-Angaben DG

Anlauf sollte maximal 3 Schritte sein

Unterbrechung einer Verbindung

Abzug **-0,5**

Eigene Musik pro Turnerin auf 1 CD

Ein Anhalten der Musik ist nicht erlaubt, falsches Ende

Abzug **-0,1**

Ohne Musik ist erlaubt

Fehlender Anhüpfen

Abzug **-0,3**

Radwende

ungenügender Armrumpfwinkel

Abzüge **-0,1 bis -0,5**

nicht über Senkrechte

Abzüge **-0,1 bis -0,5**

Beine nicht geschlossen

Abzüge **-0,1 bis -0,5**

ungenügender Abdruck

Abzüge **-0,1 bis -0,5**

nicht über Senkrechte

Abzüge **-0,1 bis -0,5**

Füße am Boden vor Handabdruck

Abzüge **- W.d.E.**

Flick-Flack

ungenügendes Tempo+Raumgewinn

Abzüge **-0,1 bis -0,5**

gebeugte Hüfte

Abzüge **-0,1 bis -0,5**

ungenügender Armrumpfwinkel

Abzüge **-0,1 bis -0,5**

Kopf berührt Boden

Abzüge **- W.d.E. + Sturz -1,0**

Landung auf Knien

Abzüge **- W.d.E. + Sturz -1,0**

Menichelli

ungenügender Spreizwinkel

Abzüge **-0,1 bis -0,5**