



## A. Allgemeines

**Gesamtleitung**  
Bundesfachwartin  
Mara Peters

**Örtlicher Ausrichter:**  
DJK Eintracht Essen-Borbeck

**Teilnahmeberechtigung:**  
DJK-Mitglied, Mindestalter 9 Jahre  
zusätzlich zur allgemeinen Startberechtigung:  
Vorlage eines gültigen Personalausweises oder einer Vereinsbescheinigung.

**Kampfgericht:**  
KampfrichterInnen aus den Bereichen Gymnastik, Showtanz, Tanz und Dance.  
Vereine, die KampfrichterInnen in diesem Bereich haben, die bereit wären den Wettkampf zu werten, sind gebeten das bei der Meldung bitte anzugeben.

**Wettkampffläche:**  
16 x 16 Meter Turnhallenboden

**Musik:**  
USB-Stick mit Kennzeichnung (Gruppe, Verein, Darbietung) und **vorab per Mail**.  
Aufstellung und Abgang erfolgen ohne Musik.  
Bei kürzeren bzw. längeren Musiken werden Abzüge vorgenommen.  
Die Musik kann instrumental oder/und mit Gesang sein.

**Meldeverfahren:**  
Die Meldung zum Wettkampf erfolgt ausschließlich per Mail an [gymnastik-tanz@djk.de](mailto:gymnastik-tanz@djk.de) über den **Meldebogen** und muss gemeinsam mit der **Musik im MP3-Format** bis zum Meldeschluss am **30.04.2026** eingereicht werden.  
Der **Meldebogen** steht auf der Internetseite vom DJK-Bundesverband unter „Bundessportfest -> Sport -> Ausschreibungen“ als ausfüllbare **PDF-Datei** zur Verfügung.  
Zur Teilnahme ist außerdem die **allgemeine Anmeldung für das Bundessportfest** über das entsprechende Portal erforderlich.

## B. Sportstätte und Zeitplan

**Sportstätte**  
Sporthalle Don-Bosco-Gymnasium  
Theodor-Hartz-Str. 15  
45355 Essen-Borbeck

**Zeitplan**  
Samstag, 23. Mai 2026  
08.00 – 10.00 Uhr Einturnen und Passkontrolle  
10.30 Uhr Wettkampfbeginn  
16.00 Uhr Siegerehrung  
Ein detaillierter Ablaufplan geht den Vereinen nach Abschluss der Meldungen zu.

### Hinweise zu den Wettkämpfen:

1) Die Wettkämpfe richten sich **grob** nach den Richtlinien des DTB aus den entsprechenden Bereichen Gymnastik und Tanz, Dance,

Showtanz, Gymnastik K-Stufen sowie Dance in Kleingruppen. Gerne dürfen hier Anregungen entnommen werden.

- Die Gruppen starten in der Altersklasse, der die **Mehrzahl der gemeldeten Gruppenmitglieder** angehört. Bei Gleichstand wird in der nächsthöheren Altersklasse gestartet.
- Aktuelle Hinweise werden auf der Homepage des DJK Bundessportverbands in der Rubrik Fachbereich Gymnastik und Tanz bekannt gegeben.
- Anträge zur Startberechtigung jeglicher Art sind mit der verbindlichen Meldung zu stellen.

## C. Wettkampfbedingungen

### 1. Showtanz

Die Gruppe zeigt gemeinsam einen Showtanz nach eigener Wahl von Musik und Bewegungsfolgen, alle Sportarten, Darstellungsformen und Trends sind erlaubt. Ziel ist eine freie, ideenreiche, mit überraschenden Gags versehene Bewegungsgestaltung mit Phantasie, Vielseitigkeit/Vielfalt, Temperament, Minenspiel und vielem mehr. Der Phantasie und Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

### Gruppenstärke:

offen (weiblich / männlich / gemischt)  
Es gibt keine Alterseinteilung und Gruppenstärkebegrenzung, alle Gruppen starten in diesem Wettkampf gegeneinander.

### Altersklassen:

Ab 9 Jahren (2017 und älter), offen  
Es besteht die Möglichkeit nach Rücksprache mit der Wettkampfleitung auch jüngere Gruppenmitglieder zum Wettkampf zuzulassen

### Musik:

04.00 bis 08.00 Minuten  
(bei Geräteaufbau/-abbau 10.00 Minuten)

### Kleidung:

Die Kleidung soll so beschaffen sein, dass die Bewegung nicht stört oder behindert. Sie soll themengerecht sein. Kostümierung, Masken und Schminke sind erlaubt.

### Geräte / Materialien:

Requisiten, Bühnenbild und Lichteffekte (soweit die Wettkampfstätte das erlaubt) sind möglich.

### Bewertung:

Kreativität und Originalität:

- Ideenvielfalt
- Thema, Inhalt
- Überraschungen, Gags, Aha-Effekte
- Innovatives, Neuartiges
- Kreativer Einsatz von Geräten und Materialien

Konzeption und Choreographie:

- Ausnutzung der Vorführläche
- Bewegungsvielfalt
- Schwierigkeiten (technische Elemente aus den Bereichen Akrobatik, Turnen möglich)
- Umsetzung und Gestaltung der Musik
- Musikalische Vielfalt (musikalische Akzente umsetzen, benutzen, beachten, Dynamikwechsel, Rhythmuswechsel, Rhythmen aufnehmen, rhythmische Akzente setzen)

Präsentation:

- Präsentation und Show
- Freude an der Aufführung
- Synchronität und Harmonie innerhalb der Gruppe



(Soloeinlagen erlaubt)

- Präsenz, Ausstrahlung und Kontakt zum Publikum
- Ausdruck, Körpersprache, Mimik
- Sicherheit

## 2. Tanz

Die Gruppe tanzt gemeinsam einen Tanz nach eigener Wahl von Musik und Bewegungsfolgen. Ziel ist es, Musik durch tänzerische Bewegung zu interpretieren und beides miteinander in Einklang zu bringen. Aus der Vielfalt des Tanzes sind alle Stilrichtungen, Tanzformen und Trends wie z.B. Jazz Dance, Modern Dance, Elementarer Tanz, Street Dance (Hip-Hop, Rap usw.) sowie gymnastische Bewegungsformen erlaubt und frei kombinierbar – ausgenommen sind die reinen Formen des Rock 'n Roll, der Folklore, sowie die klassische Form des Spitzentanzes und des Gesellschaftstanzes.

### Gruppenstärke:

5–12 Personen (weiblich / männlich / gemischt)

Es dürfen max. 16 Gruppenmitglieder gemeldet werden, von denen max. 12 zum Einsatz kommen. Durch die Meldung und den Einsatz von Ersatzleuten darf die Altersklasse nicht geändert werden.

### Altersklassen:

Nachwuchs: 9 bis 14 Jahre (2017 - 2012)  
Jugend: 11 bis 18 Jahre (2015 - 2008)  
Erwachsene 18+: 18 Jahre und älter (2008 und älter)  
Erwachsene 30+: 30 Jahre und älter (1996 und älter)

### Musik:

02.30 bis 03.00 Minuten

### Kleidung:

Die Kleidung soll so beschaffen sein, dass die Bewegung in jeder Phase gut erkennbar ist. Die dem Tanz angepasste Kleidung ist erlaubt, z. B. Stirnband, Socken, leicht gepuffte Hosen, lockere Oberteile, Rüschen in Kleinstformat an Handgelenken, Jackett, Kapuze etc. sind möglich. Bei thematischen/motivischen Tänzen muss die Kleidung nicht einheitlich gewählt werden.

### Geräte / Materialien:

Requisiten aller Art, die aktiv in den Tanz einbezogen werden, sind nicht gestattet.

### Bewertung:

Komposition/Inhalt

- Schwierigkeiten/Körpertechnik
- Choreographie (räumlich/inhaltlich)
- Musikinterpretation
- Kreativität/Originalität

Ausführung

- Ausführung Körpertechnik
- Harmonie/Synchronisation
- Interpretation

## 3. Gymnastik mit Handgerät

Die Gruppe zeigt eine Gymnastikvorführung mit Handgerät in selbstgewählter Bewegungsfolge und Bewegungsgestaltung. Bei der Gymnastikübung muss jedes Gruppenmitglied mit mindestens einem Handgerät arbeiten. Neben den klassischen Handgeräten (Ball, Seil, Keule, Band, Reifen) können auch alternative Hängegeräte eingesetzt werden.

### Gruppenstärke:

5–12 Personen (weiblich / männlich / gemischt)

Es dürfen max. 16 Gruppenmitglieder gemeldet werden, von denen max. 12 zum Einsatz kommen. Durch die Meldung und den Einsatz von Ersatzleuten darf die Altersklasse nicht geändert werden.

### Altersklassen:

Nachwuchs: 9 bis 14 Jahre (2017 - 2012)  
Jugend: 11 bis 18 Jahre (2015 - 2008)  
Erwachsene 18+: 18 Jahre und älter (2008 und älter)  
Erwachsene 30+: 30 Jahre und älter (1996 und älter)

### Musik:

02.30 bis 03.00 Minuten

### Kleidung:

Ein- oder zweiteilige Gymnastikanzüge mit/ohne Beinbekleidung oder Röckchen.

Die Kleidung muss enganliegend und einheitlich sein.

### Geräte / Materialien:

Die Anzahl der Handgeräte entspricht der Anzahl der Gruppenmitglieder. Drei Ersatzhandgeräte dürfen außerhalb der Fläche an drei Seiten abgelegt werden, wobei die Linie vor dem Kampfgericht nicht genutzt werden darf.

### Bewertung:

Komposition/Inhalt

- Schwierigkeiten
- Choreographie (räumlich/inhaltlich)
- Musikinterpretation
- Kreativität/Originalität

Ausführung

- Ausführung Körpertechnik
- Ausführung Gerätetechnik
- Harmonie/Synchronisation
- Interpretation

## 4. Gymnastik und Tanz

Zusätzlich wird in den jeweiligen Altersklassen der Wettkampf als Kombiwertung ausgetragen. Dazu werden die Einzelwertungen Gymnastik und Tanz addiert. Die Gruppen zeigen die Übung jeweils nur einmal, egal, ob sie nur im Wettkampf Gymnastik mit Handgerät oder im Wettkampf Tanz oder im Wettkampf Gymnastik und Tanz antreten. Die Wettkampffregeln gelten entsprechend der Ausschreibungen für Gymnastik mit Handgerät und Tanz.

## 5. Dance in Kleingruppen

Ein Dance-Wettkampf für Gruppen mit maximal 5 Tänzern. Auch kleine Teams bekommen hier die Chance sich in einem Wettkampf den Wertungsrichtlinien und der Konkurrenz zu stellen - mit eigenen angepassten Richtlinien. Die Gruppe zeigt gemeinsam einen Tanz nach eigener Wahl von Musik und Bewegungsfolgen. Ziel ist es, Musik durch tänzerische Bewegung zu interpretieren und beides miteinander in Einklang zu bringen. Es wird eine Tanzgestaltung gefordert, die je nach Zusammensetzung des Kampfgerichts ggf. zweimal gezeigt und von verschiedenen Kampfgerichten gewertet wird.

### Gruppenstärke:

3–5 Personen (weiblich / männlich / gemischt)  
Es dürfen max. 8 Gruppenmitglieder gemeldet werden, von denen max. 5 zum Einsatz kommen. Durch die Meldung und den Einsatz von Ersatzleuten darf die Altersklasse nicht geändert werden.

### Altersklassen:

Nachwuchs: 9 bis 15 Jahre (2017 - 2011)  
Jugend 15+: 15 Jahre und älter (2011 und älter)

Erwachsene 25+: 25 Jahre und älter (2001 und älter)

--- Änderungen vorbehalten ---

**Musik:**

01.30 bis 02.15 Minuten

**Kleidung:**

Die Kleidung soll so beschaffen sein, dass die Bewegung in jeder Phase gut erkennbar ist. Die dem Tanz angepasste Kleidung ist erlaubt, z. B. Stirnband, Socken, leicht gepuffte Hosen, lockere Oberteile, Rüschen in Kleinstformat an Handgelenken, Jackett, Kapuze etc. sind möglich. Bei thematischen/motivischen Tänzen muss die Kleidung nicht einheitlich gewählt werden.

**Geräte / Materialien:**

Requisiten aller Art, die aktiv in den Tanz einbezogen werden, sind nicht gestattet.

**Bewertung:**

Komposition/Inhalt  
Ausführung



**6. Gymnastik in Kleingruppen**

Ein Gymnastik-Wettkampf für Gruppen mit maximal 5 Personen. Auch kleine Teams bekommen hier die Chance sich in einem Wettkampf den Wertungsrichtern und der Konkurrenz zu stellen - mit eigenen angepassten Richtlinien. Die Gruppe zeigt eine Gymnastikvorführung mit Handgerät in selbstgewählter Bewegungsfolge und Bewegungsgestaltung. Bei der Gymnastikübung muss jedes Gruppenmitglied mit mindestens einem Handgerät arbeiten. Neben den klassischen Handgeräten (Ball, Seil, Keule, Band, Reifen) können auch alternative Handgeräte eingesetzt werden. Es wird eine Gymnastikgestaltung gefordert, die je nach Zusammensetzung des Kampfgerichts ggf. zweimal gezeigt und von verschiedenen Kampfgerichten gewertet wird.

**Gruppenstärke:**

3–5 Personen (weiblich / männlich / gemischt)

Es dürfen max. 8 Gruppenmitglieder gemeldet werden, von denen max. 5 zum Einsatz kommen. Durch die Meldung und den Einsatz von Ersatzleuten darf die Altersklasse nicht geändert werden.

**Altersklassen:**

Nachwuchs: 9 bis 15 Jahre (2017 - 2011)

Jugend 15+: 15 Jahre und älter (2011 und älter)

Erwachsene 25+: 25 Jahre und älter (2001 und älter)

**Musik:**

01.30 bis 02.15 Minuten

**Kleidung:**

Ein- oder zweiteilige Gymnastikanzüge mit/ohne Beinbekleidung oder Röckchen.

Die Kleidung muss enganliegend und einheitlich sein.

**Geräte / Materialien:**

Die Anzahl der Handgeräte entspricht der Anzahl der Gruppenmitglieder. Drei Ersatzhandgeräte dürfen außerhalb der Fläche an drei Seiten abgelegt werden, wobei die Linie vor dem Kampfgericht nicht genutzt werden darf.

**Bewertung:**

Komposition/Inhalt  
Ausführung