

Wettkampfprogramm und Übersicht für GYM
und
Wettkämpfe mit P(flicht)-Übungen
2022

Gültig ab 01.01.2022

Inhaltsverzeichnis

1. Allgemeines	3
2. Übersicht Wettkämpfe und Altersklassen (AK).....	3
3. Fläche - Ersatzgeräte - Musik	4
Fläche	4
Musik	4
Bekleidung für alle Wettkämpferinnen.....	5
4. Deutschland-Cup Gymnastik K-Einzel und K-Gruppe	6
K-Übungen mit Pflichtelementen	6
K-Einzel	6
K-Gruppe.....	6
5. Wettkämpfe mit Pflichtübungen.....	10
Deutschland-Cup (DC) Synchrongymnastik w.....	10
P-Gruppe mit Wertungskriterien	11
GymMix (Gymnastikmix im 2er-Team)	12
6. Gymnastik und Tanz (GymTa)	12
7. DTB-Dance	13
Pflichtelemente - DTB-Dance Kleingruppen	13
Alle Landesturnverbände auf einen Blick.....	14

Anmerkung: Es wird häufig nur die weibliche Form verwendet, selbstverständlich sind aber fast immer alle Geschlechter angesprochen.

Ausgenommen davon ist K-Einzel, K-Gruppe, Synchronwettkämpfe weiblich.

Verwendete Abkürzungen:

DC	Deutschland-Cup
DM	Deutsche Meisterschaften
RC	Regio-Cup
P	Pflicht
K	Kür
KLK	Kleingruppe
AK	Altersklasse
J.	Jahre
SW	Schwierigkeit
PE	Pflichtelemente
TN	Teilnehmer*in

1. Allgemeines

Für alle Wettkämpfe auf Bundesebene gelten die Turnordnung Teil 1 und Teil 2 (Wettkampfordnung incl. Startrecht) des DTB, die Ordnung des TK Gymnastik/RSG, die Wettkampf- und Kampfrichterordnung GYM, die Wertungsbestimmungen und die jeweils gültige Ausschreibung. Im Wettkampfprogramm werden die wichtigsten Informationen zu den Wettkämpfen zusammengefasst. Diese wird auf der Website von Gymnastik/Tanz veröffentlicht. Änderungen der Durchführungsbestimmung behält sich der Wettkampfausschuss vor!

Alle Pflichtübungen w/m und weitere Ausführungen zur Gymnastik können im Aufgabenbuch Gymnastik 2018 nachgelesen werden. Auf der DTB Homepage sind die aktuellen Änderungen/ Ergänzungen zu den Pflichtübungen zu finden.

Bitte immer die jeweils gültige Ausschreibung beachten!

2. Übersicht Wettkämpfe und Altersklassen (AK)

Entscheidend für die Alterseinteilung ist das Kalenderjahr.

Gruppenwettbewerbe siehe extra Broschüre.

	Wettkampf	SW-Stufe Alter	Altersklass e (AK)	TN-Zahl	Zusammensetzung
Teams	DC Synchron- gymnastik	P7 11-15 P7 15+ P7 25+ P9 15+	11-15 Jahre 15 J. u. älter 25 J. u. älter 15 J. u. älter	2 kein Ersatz möglich	müssen nicht demselben Verein angehören
	GymMix im 2er Team	11+	offene AK		
Klein- gruppen	P-Gruppe	P7 11+ P5 11-15	offene AK	mind. 3 max. 5 plus max. 1 Ersatz	* keine jüngere AK
	DC K-Gruppe	11-15 J. 15+ * 25+ *	Jugend Jugend/Erw.		
	DC Dance- Kleingruppen	11-15 J. 15+ * 25+ *	Jugend Jugend/Erw. Erwachsene		
K-Einzel	DC Gymnastik K-Einzel	11-14 J. 15-17 J. 18+ 25+	Jugend Jugend Erwachsene Erwachsene	-- -- -- --	
Groß- gruppen	Gymnastik und Tanz	11 – 18 J.	Jugend	mind. 6 – max. 16 TN incl. 2 Ersatz. Es müssen aber mind. 6 TN auf der Fläche stehen.	keine andere AK
		18+	Erwachsene		2 TN dürfen der AK Jugend angehören
		30+	Erwachsene		2 TN dürfen der AK 18- 29 J. angehören
	DC DTB- Dance	11 – 18 J.	Jugend		keine andere AK
		18+	Erwachsene		2 TN dürfen der AK 11-18 J. angehören
		30+	Erwachsene		2 TN dürfen der AK 18-29 J. angehören

TN-Zahl bei Großgruppen:

Gymnastik und Tanz und DC DTB-Dance: Es können 6–16 TN gemeldet und wahlweise eingesetzt werden. Bsp: Landesmeldung 10 TN, es starten 8 TN 2 sind Ersatz. Auf Bundesebene können auch alle zehn TN ohne Ersatz starten. Von den auf Landesebene gemeldeten TN können für den Bundeswettkampf auch weniger im GymNet gemeldet werden. Ein Antrag auf Reduzierung entfällt. Wichtig: es gibt **nur max. 2 Ersatzleute!**

Grundsätzliches

Bei allen Wettkämpfen in der Gruppe müssen in jedem Durchgang immer dieselbe Anzahl Gymnastinnen/Tänzerinnen auf der Fläche stehen.

3. Fläche - Ersatzgeräte - Musik

Fläche

Der Einmarsch und die Einnahme der Ausgangsposition der Gruppe/des Teams bzw. Einzelgymnastin müssen unmittelbar nach dem namentlichen Aufruf und auf dem kürzesten Wege ohne musikalische Begleitung erfolgen. Der Ausmarsch ist ebenfalls zügig vorzunehmen. Die Seiten für den Ein- und Ausmarsch werden vor Ort festgelegt und sind unbedingt einzuhalten. Die Linie gehört zur Wettkampffläche, bei Überschreitungen der Begrenzung erfolgt ein Abzug.

Wettkämpfe	Fläche + 2 m Sicherheitsabstand um die Fläche	Musik
K-Einzel	13 x 13 m (RSG-Teppich möglich)	1:00 - 1:30 min.
K-Gruppe	13 x 13 m (RSG-Teppich möglich)	1:30 - 2:15 min.
DTB-Dance Kleingruppen	13 x 13 m (Hallenboden)	1:30 - 2:15 min.
P-Gruppen	ca. 13 x 13 m Orientierungsmaß (Hallenboden)	Kürmusik: P5 max. 1:10 min. P7 max. 1:20 min.
GymMix im 2er Team	ca. 13 x 13 m Orientierungsmaß (Hallenboden)	K8 Kürmusik P8 Pflichtmusik
Gymnastik und Tanz DTB-Dance	16 x 16 m (Hallenboden)	je 2:30 - 3:00 min.
DC Synchrongymnastik	ca. 13 x 13 m Orientierungsmaß (Hallenboden)	Pflichtmusik

Ersatzgeräte im Sicherheitsabstand:

Zusätzliches Handgerät an der Fläche (3 Ersatzhandgeräte erlaubt, Platzierung beliebig)

2 Keulen = 1 Handgerät (müssen zusammengelegt werden).

Bei liegengebliebenen Ersatzgeräten nach Ende der Übung erfolgt nach Aufruf der nächststartenden Gymnastin/Gruppe einmalig 0,50 Punkte Abzug.

Ausrichtung der Übung: Den Aktiven/Gruppen ist es freigestellt, ihre Übung zum Publikum oder zu den Kampfrichtern zu zeigen (gilt nicht für die P-Übungen).

Es erfolgt kein Punktabzug bei Ausrichtung der Übung zum Publikum.

Musik

Alle Übungen müssen mit Musik geturnt werden. Beim DC Synchrongymnastik werden die Pflichtmusiken verwendet. Die Pflichtmusiken werden gestellt.

Für Kürmusiken gilt:

- Die Zeitmessung beginnt mit der ersten und endet mit der letzten Bewegung der Gymnastin/ Gruppe
- Ein Ton oder akustisches Zeichen vor Beginn der Wettkampfmusik auf der CD oder eine musikalische Einleitung von bis zu max. 8 Zählzeiten ist erlaubt.
- Bei Über- oder Unterschreitung der Zeit erfolgt ein Abzug.
- Die Musik darf rein instrumental und/oder mit Gesang sein.
- Ein Start gänzlich oder teilweise ohne musikalische Begleitung ist nicht möglich.
- Die Kürmusiken müssen über den im Ablaufplan angegebenen Link hochgeladen werden.
- Eine Ersatz-CD muss während des Wettkampfes unverzüglich greifbar sein.
- Beschriftung der Ersatz-CD bei Gruppen: Name des Vereines/LTV/Gruppenname (falls vorhanden) Altersklasse/Handgerät oder Tanz
Einzel: Name der Gymnastin / Verein / LTV / Schwierigkeitsstufe / Handgerät

Bekleidung für alle Wettkämpferinnen

Die Bekleidung muss so gewählt werden, dass die Bewegungen aller Gymnastinnen bzw. Gruppenmitglieder gut erkennbar sind.

Ein korrekter Gymnastikanzug muss eng anliegen und aus nicht durchsichtigem Material bestehen, daher müssen Anzüge mit Spitzenpartien hautfarben oder in der Farbe des Anzuges unterlegt sein (Rumpf).

- Der Ausschnitt an Vorder- und Rückseite des Anzuges darf nicht tiefer als bis zur Mitte des Brustbeins und der unteren Linie der Schulterblätter gehen.
- Anzüge können mit oder ohne Ärmel sein, Anzüge mit schmalen Trägern (weniger als 5 cm) sind nicht gestattet.
- Die maximale Rocklänge der Anzüge darf nicht über das erste Drittel des Oberschenkels hinausgehen
- Die Anzüge der Gruppengymnastinnen müssen gleich sein (gleiches Material, Stil, Musterung und Farbe), kleine Unterschiede auf Grund des Schnittes oder Musters werden toleriert.

Erlaubt sind:

- Applikationen oder kleine Details, sofern sie nicht abstehen (flattern) bzw. die Sicherheit der Gymnastin gefährden.
- Lange Leggings (mit oder ohne Steg) über oder unter dem Anzug.
- Ein langer einteiliger Anzug, vorausgesetzt, dass dieser eng anliegt
- Der Stil des Rockes (Schnitt oder Verzierung) ist frei, jedoch muss der Rock angenäht sein und immer auf die Hüften der Gymnastin zurückfallen.

Bekleidung Tanz/Dance

- Die Tanzkleidung darf von der Gymnastikkleidung abweichen - z. B.: Stirnband, Socken, leicht gepuffte Hosen, lockere Oberteile (Bewegung muss erkennbar sein), Rüschen in Kleinstformat an Handgelenken, Strumpfhose mit Fußteil, Blusen mit Kragen, Jackett (Bewegung muss erkennbar sein), Kapuze etc. sind möglich.
- Bei thematischen/motivischen Tänzen muss die Kleidung nicht einheitlich gewählt werden.

Erlaubt:

- Einfarbig- hautfarbene Bandagen sind erlaubt und müssen nicht bei der Wettkampf- bzw. Kampfrichterleitung angemeldet werden
- Zusätzlich zur Gymnastikkleidung sind folgende dekorative Accessoires (Bsp: Hut; Kapuze; Stirnband usw.) erlaubt, diese dürfen jedoch nicht aktiv in die Gestaltung/Choreografie des Tanzes einbezogen werden.

Nicht erlaubt für alle Wettkämpfe:

- Schmuck oder Piercing, welcher die Sicherheit der Teilnehmenden gefährden kann.
- **farbige** Bandagen oder Stützhilfen mit zusätzlicher Polsterung jeglicher Art
- Requisiten aller Art, die aktiv in den Tanz einbezogen werden!

Schuhe: Die Gymnastik- und Tanzgestaltungen sind barfuß oder mit Gymnastikschuhen/ -kappen möglich. Spezielle Tanzschuhe für die Gruppen sind nur dann erlaubt, wenn die örtlichen Gegebenheiten es zulassen. Die einheitlichen Schuhe der Gruppenmitglieder in der Gymnastik müssen farblich identisch sein.

Bei Nichteinhaltung der Bekleidungsvorschriften erfolgt Punktabzug.

4. Deutschland-Cup Gymnastik K-Einzel und K-Gruppe

K-Übungen mit Pflichtelementen

K-Einzel

Hier ist eine Qualifikation vom Landes-Cup über den Regio-Cup zum **Deutschland-Cup** Gymnastik erforderlich.

Jährlicher Wechsel der Handgeräte bei den K-Übungen

Die im Wettkampf vorgeschriebenen Handgeräte werden in alphabetischer Reihenfolge ausgeschrieben und wechseln jährlich: Ball, Band, Keulen, Reifen, Seil.

K-Einzel: SW-Stufen und Handgerätverteilung in den Jahren

2022	K8 / K9	Ball	Band	Keulen	Reifen	Seil
	K10	Ball	Band	Keulen	Reifen	Seil
2023	K8 / K9	Ball	Band	Keulen	Reifen	Seil
	K10	Ball	Band	Keulen	Reifen	Seil
2024	K8 / K9	Ball	Band	Keulen	Reifen	Seil
	K10	Ball	Band	Keulen	Reifen	Seil
2025	K8 / K9	Ball	Band	Keulen	Reifen	Seil
	K10	Ball	Band	Keulen	Reifen	Seil

Normen der Handgeräte: siehe Wettkampf- und Kampfrichterordnung

K-Gruppe

Zum **Deutschland-Cup** Gymnastik ist eine Qualifikation über den Landes-Cup im Landesturnverband erforderlich.

In der Übung müssen die vorgegebenen Pflichtelemente gezeigt werden. Die Übung wird zweimal präsentiert und soweit möglich von verschiedenen Kampfgerichten gewertet. Beide Wertungen werden addiert, die Summe ergibt die Endnote.

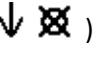
Grundlage für die Pflichtteile der K-Gruppe bleiben die Pflichtelemente der K8. Dies gilt für alle Altersklassen. Die Handgeräte können aus den Handgeräten ausgewählt werden, die im betreffenden Jahr in der K8/K9 **nicht** angeboten werden.

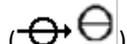
Es wird eine Gestaltung in der Gruppe mit 3 bis 5 Gymnastinnen gefordert.

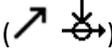
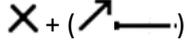
Auf Bundesebene können nur die Gruppenmitglieder starten, die bereits auf Landesebene gemeldet wurden. Eine Reduzierung ist ohne Antrag möglich.

Pflichtelemente - K-Übungen

Vorrangig wird hier Wert auf die korrekt dargestellten Pflichtelemente gelegt.
Stand Sept. 2021 - gültig ab 2022

Ball			
Technik	K5/K6	K7/K8	K9/K10
Pflichtteil 1	() ↓	() ↓	() ()
Werfen/Fangen	Abwurf einhändig im Passé Sprung einhändiges Fangen (mittlerer Wurf)	Abwurf einhändig im Rehsprung (Schwierigkeit mind. B), einhändiges Fangen. (großer Wurf)	Abwurf einhändig im Rehsprung (Schwierigkeit mind. B), verdecktes Fangen (großer Wurf)
Pflichtteil 2		2 	2 
Rollen	Ball mit beiden Händen um den Kopf (über hinten) führen, auf der Schulter ablegen, 1 Hand lösen und über einen Arm frei bis zur Hand rollen lassen	Rollen von einer Hand über die Brust zur anderen Hand und sofortiges Rückrollen über den Arm und Rücken	Rollen über den Rücken, Nacken und die parallel vorgehaltenen Arme (Reihenfolge beachten), anschließendes Rollen von einer Hand über die Brust zur anderen Hand
Pflichtteil 3	(8 =)	(8 )	(8 )
Spiralen	Spirale auswärts in <u>einer</u> Position am Boden	Große Spirale auswärts im A-Passéstand	A-Standwaage mit Spirale einwärts hin zum A-Passéstand und Spirale beenden
Band			
Technik	K5/K6	K7/K8	K9/K10
Pflichtteil 1	() ↓	() ↓	() ↓
Werfen/Fangen	Kleiner Wurf, Fangen des Stabes mit der Hand (keine Toleranzvorgabe)	Großer Wurf, mind. 1/1 Rotation um die vertikale Körperachse und korrektes Fangen am Stabende (Toleranz eine Handbreite)	Abwurf des Bandes (Wurfhöhe beliebig, kein Rückziehwurf), Rolle vw mit Aufstehen und korrektes Fangen am Stabende (Toleranz eine Handbreite), Reihenfolge beachten!
Pflichtteil 2	2	(2  / 1x )	(2  / 1x )
Schlangen	Folge von 2 verschiedenen Schlangen in der Fortbewegung mit Handwechsel	Folge von 2 Schlangen, davon eine in Gegenrichtung zur vorherigen Schlange mit Handwechsel. Erste Schlange in Fortbewegung, Zweite Schlange im A-Arabesque-Stand rw	Folge von 2 Schlangen, davon eine in Gegenrichtung zur vorherigen Schlange mit Handwechsel. Erste Schlange in Fortbewegung und zweite Schlange mind. 1/1 Drehung mit Spielbein seit unter Horizontale
Pflichtteil 3	()		
Spiralen	Spiralen in gegangener Drehung	Spiralen um den Bandstab (ohne Wurf)	Spiralen um den Bandstab mit kleinem Wurf des Bandstabes nach oben durch die Zeichnung und anschließendem Fangen mit einer Hand

Keulen			
Technik	K5/K6	K7/K8	K9/K10
Pflichtteil 1			(2.↓ ☒)
Werfen/ Fangen	Wurf einer Keule, Übergabe der anderen Keule in die Wurfhand (vor oder hinter dem Körper) und Fangen der geworfenen Keule mit der freien Hand	Paralleler Abwurf beider Keulen gleichzeitig aus einer Hand (großer Wurf), Fangen (in jeder Hand eine Keule)	Jonglierwurf (2-fach) über Kopfhöhe aus einer Hand (in Fortbewegung oder am Platz), Fangen der ersten Keule mit der Wurfhand und verdecktes Fangen der 2. Keule mit der anderen Hand (Rotation des Körpers bis ½ Drehung erlaubt)
Pflichtteil 2	()	(3X)	(3)
Mühlhandkreisen	horizontale Mühlhandkreise mit 1/1 gegangener Drehung in Fortbewegung	Serie von Mühlhandkreisen mit Zeichnen eines großen vertikalen Halbkreises (von oben nach unten oder umgekehrt)	Serie von Mühlhandkreisen mit Zeichnen eines großen vertikalen Kreises
Pflichtteil 3	( A)	(+ F _B)	(+ F _C)
Asymmetrie	asymmetrische Bewegungen der Keulen im A-Arabesque-Stand vw (Spielbein mind. 45°)	Asymmetrische Bewegungen der Keulen im B-Arabesque-Stand 90° vw	Asymmetrische Bewegungen der Keulen im C-Arabesque-Stand vw
Reifen			
Technik	K5/K6	K7/K8	K9/K10
Pflichtteil 1	()	() _{1/2} ()	() _{1/2} () ()
Werfen/ Fangen	Hüpfer rw durch den Reifen und sofortiger kleiner Schwenkwurf vor dem Körper (mind. 1/1 Umdrehung des Reifens)	Hüpfer rw durch den Reifen und sofortiger Schwenkwurf, ½ Drehung und Fangen des Reifens mit Hüpfen vw durch den Reifen (Großer Wurf)	Hüpfer rw durch den Reifen und sofortiger Schwenkwurf, mind. ½ Drehung und Fangen des Reifens mit Hocksprung (A-SW) durch den Reifen (Großer Wurf)
Pflichtteil 2			( F _B)
Rollen	Rollen des Reifens über den Rücken	Langes Rollen des Reifens von einer Hand über die Brust zur anderen Hand, im beidbeinigen Stand Relevé	Langes Rollen des Reifens von einer Hand über die Brust zur anderen Hand im B-Passéstand
Pflichtteil 3	()	( B O + )	( B  + )
Passage	1 Pferdchensprung durch den Reifen	2 Sprünge in Folge - erster Sprung: Rehsprung (mind. Schwierigkeit B) mit Kreisen des Reifens neben dem Körper - zweiter Sprung: Hocksprung mit Zwißel des Reifens mit der Hand über Kopf	2 Sprünge in Folge - erster Sprung: Rehsprung (mind. Schwierigkeit B) mit Zwißel des Reifens mit der Hand über Kopf - zweiter Sprung: Kosakensprung (Schwierigkeit B) mit Passage durch den Reifen

Seil			
Technik	K5/K6	K7/K8	K9/K10
Pflichtteil 1			
Werfen/ Fangen	Kleiner Wurf des Seiles (beide Seilenden in einer Hand) mit mindestens einer Umdrehung, Fangen an den Seilenden (in jeder Hand ein Seilende) mit Weiterführung (keine Toleranzvorgabe)	Großer Wurf des Seiles (beide Seilenden in einer Hand) Fangen an den Seilenden (in jeder Hand ein Seilende) mit Hüpfen durch das Seil. (Toleranz eine Handbreite)	Mühlkreise über dem Kopf mit dem in der Mitte beidhändig gefassten Seil, daraus einhändiger Abwurf (großer Wurf) des in seiner Länge geöffneten Seiles, Fangen beliebig mit Weiterführung der Seilbewegung.
Pflichtteil 2			
Schleuder- element („Lasso“)	Schwung des langen Seiles über den Boden mit Aufnahme des freien Seilendes mit der freien Hand	Schleuderelement mit mind. 2 horizontalen Kreisen des freien Seilendes („Lasso“), Fangen am Seilende (Toleranz eine Handbreite)	Schleuderelement mit mind. 2 vertikalen Kreisen des freien Seilendes vor dem Körper („Lasso“), Fangen am Seilende (Toleranz eine Handbreite)
Pflichtteil 3			
Sprünge mit Seildurch- schlag	1 Hocksprung mit 1 Seildurchschlag vw und anschließend weiterführender beliebiger Hüpfserie (mind. 3 Hüpfen)	1 Rehsprung (Schwierigkeit mind. B) mit Seildurchschlag vw und anschließend weiterführender Hüpfserie, die 1 Doppeldurchschlag und eine Richtungsänderung (Körper und Seil) enthält. Anmerkung: zwischen Sprung und Hüpfserie ist 1 Schritt erlaubt	1 Rehsprung (Schwierigkeit mind. B) mit Seildurchschlag vw und anschließend weiterführender Hüpfserie, die 2 Doppeldurchschläge in Folge – einer davon offen und gekreuzt- und eine Richtungsänderung (Körper und Seil) enthält. Anmerkung: zwischen Sprung und Hüpfserie 1 Schritt erlaubt

Anerkennung der Pflichtelemente Einzel und Gruppe siehe Wertungsrichtlinien

Empfehlung: Zuordnung K-Übungen Einzel Gymnastik im DTB für alle Altersklassen

Alters- klasse	Bis	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18+	25+
	8	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18+	25+
K5	X	X											
K6		X	X	X									
K7				X	X								
K8					X	X	X	X					
K9									X	X	X		
K10 18+												X	X
K10 25+													X

Empfehlung: Zuordnung K-Übungen Gruppe Gymnastik im DTB für alle Altersklassen

Alters- klasse	Bis 8	8	9	10	11	12	13	14	15	15+	25+
K-Stufe											
K5	X	X									
K6		X	X	X							
K7				X	X						
K8 11-15					X	X	X	X	X		
K8 15+									X	X	X
K8 25+											X

5. Wettkämpfe mit Pflichtübungen

Deutschland-Cup (DC) Synchrongymnastik w

Dieser Wettkampf ist ein Angebot für zwei Gymnastinnen, die diese vorgeschriebenen P-Übungen synchron turnen.

Der Übungsablauf (Blickrichtung und Bewegungsrichtung) ist immer identisch. Beim Übungsbeginn kann die Aufstellung nebeneinander oder hintereinander erfolgen. Die Bewertung erfolgt nach den Kriterien der Pflichtübungen und wird mit A- und B-Note gewertet.

Die Teams für den DC Synchrongymnastik müssen sich über den Landes-Cup qualifizieren. Die maximale Anzahl wird in der jeweils gültigen Ausschreibung veröffentlicht.

Für den Deutschland Cup Synchrongymnastik werden die Schwierigkeitsstufen **P7 und P9** ausgeschrieben. Es wird ein Dreikampf geturnt. Die Handgeräte entsprechen denen der K10 und wechseln ebenfalls im rollierenden System.

Die Altersklassen (für weibliche Jugend und Frauen) sind eingeteilt in:

P7	11 - 15	11 – 15 Jahre
P7	15+	15 Jahre und älter
P7	25+	25 Jahre und älter
P9	15+	15 Jahre und älter

Allgemeines – gültig für alle Handgeräte

- Bei allen 90 Grad Ständen und Drehungen gilt eine Toleranz von 20 Grad
- Wenn das Handaufstützen nicht ausdrücklich gefordert ist, dürfen Sitzdrehungen nur ohne Handaufstützen ausgeführt werden.
- Bei Ausschreibung: Achterkreis(e), Achterschwung/Achterschwünge, Kreis(e), Schwung/Schwünge, kann jeweils einer oder mehrere gezeigt werden.
- Wenn in den P-Übungen „Grundstellung“ ausgeschrieben ist, ist ein Stand im Releve auch erlaubt und wird anerkannt, in der B-Note erfolgt dazu ggf. der Abzug, z.B. bei einem Gleichgewichtsverlust.
- Schrittstellung darf mit Belastung auf den vorderen Fuß oder mit Belastung auf beiden Füßen ausgeführt werden.
- Wenn eine gegangene Drehung in eine Richtung/Seite angegeben ist, muss die Drehung in Fortbewegung ausgeführt werden.

- nach Ständen und Drehungen darf zur Grundstellung geschlossen werden
- Bei Würfeln mit genauen Meterangaben wird die Wurfhöhe ab Boden gerechnet.
- Kleine, mittlere und große Würfe werden mit der Definition aus den Wertungsbestimmungen gewertet

Die Synchrongymnastik im männlichen Bereich wird meist an Turnfesten angeboten.

Empfehlung: Zuordnung der P-Übungen Gymnastik zu Einzel, Wahlwettkampf und Synchron für alle Altersklassen m/w

Altersklasse	bis 6	bis 8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18+	25+	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79	80+
P-Stufe																			
P1	x	x																X m	X m
P2	x	x	x															X m	X m
P3		x	x	x												X m	X m	X m	X m
P4			x	x	x	x	x	x							X m	X m	X m	X m	
P5				x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	X m	X m	X m	X m	
P6					x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	X m	X m			
P7					x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	X m				
P8								x	x	x	x	x	x	x					
P9									x	x	x	x	x						
P11																		x	x
P12																	x	x	x
P13																x	x	x	x
P14															x	x	x	x	
P15															x	x	x	x	
P16															x	x			
P17															x				

P-Gruppe mit Wertungskriterien

Die Gruppengestaltung ist nach der Ausschreibung der jeweiligen P-Stufen zu turnen, d.h. die Pflichtübung stellt die Basis jeder Gruppengestaltung dar. Es wird **eine** Übung mit Kürmusik gefordert, die in zwei Durchgängen geturnt wird. Die Addition beider Wertungen ist die Endnote.

Achtung: Bei jedem Durchgang muss die Gruppenstärke identisch sein!

Die Gruppengröße kann zwischen 3 und 5 Gymnastinnen variieren. Die vorgeschriebene Teilnehmerzahl darf nicht unter- bzw. überschritten werden.

A-Note: Choreographie P-Gruppe

Der Inhalt der P-Übung muss laut Ausschreibung geturnt werden, jedoch kann bei allen Richtungsänderungen bzw. Drehungen die Formation der Gruppe verändert werden (Raumweg). Zu Beginn der Übung kann die Raumrichtung frei gewählt werden.

Um choreographische Aspekte verwirklichen zu können und einer Gruppenübung gerecht zu werden, gelten für die Gruppengestaltung der P-Gruppe folgende Richtlinien:

- Bei Richtungswechseln in der Ausschreibung (z.B. ½ Drehung rechts), darf die Richtung je nach Gymnastin und Position individuell gewählt werden, so dass eine gruppenspezifische Choreographie entsteht. Dabei muss jedoch die Mindestanforderung des Pflichtteiles erfüllt sein
 - (Beispiel: Gymnastin A = ½ Drehung/ Gymnastin B = ¾ Drehung...)
- Es dürfen **insgesamt 3** Wechsel gezeigt werden – unabhängig davon ob das Gerät in den Pflichtteilen die Hand verlässt. Für die Anerkennung des Wechsels die Bewegung der 2. Keule beachten!
- Am Anfang **oder** am Ende der Übung können max. 16 Zählzeiten für Partner und/oder Gruppenarbeit frei eingebaut werden.
- Kürmusik siehe Seite 4
- Vor und nach Wechseln sind 2-3 Schritte mit Gerätetechnik und eine Richtungsänderung erlaubt.

GymMix (Gymnastikmix im 2er-Team)

Angebot für 2 Gymnastinnen im K- und P-Bereich.

Jede Gymnastin wählt 2 vorgeschriebene Handgerätübungen aus dem K- bzw. P-Bereich.

Aufteilung beliebig: Gymnastin 1 turnt 2 Pflichtübungen P8 und Gymnastin 2 turnt zwei Kürübungen K8, oder jede Gymnastin turnt eine Pflicht- und eine Kürübung. die Gymnastinnen müssen nicht demselben Verein angehören. Dieser Wettkampf wird derzeit in einigen LTV als Landesfinale angeboten. AK 11 + (11 Jahre und älter)

2022	K8 Ball	K8 Band			
			P8 Keulen	P8 Reifen	
2023		K8 Band	K8 Keulen		
				P8 Reifen	P8 Seil
2024			K8 Keulen	K8 Reifen	
	P8 Ball				P8 Seil
2025				K8 Reifen	K8 Seil
	P8 Ball	P8 Band			

6. Gymnastik und Tanz (GymTa)

Gymnastik

Bei der Gymnastikübung muss jede Teilnehmerin mit mindestens einem Handgerät arbeiten. Das kann eines der traditionellen Handgeräte wie Ball, Band, Keulen, Reifen, Seil oder auch ein alternatives Handgerät sein. Bei Übungen mit alternativen Handgeräten besteht die Schwierigkeit darin, diese nicht nur optisch wirksam einzusetzen (Showeffekte), sondern auch bestimmte Gerätetechniken zu übertragen. Es gelten die Kriterien der traditionellen Handgeräte.

Um die Einsatzmöglichkeiten eines alternativen Gerätes umfassend beurteilen zu können, besteht vor jedem Wettkampf für die Gruppen die Möglichkeit, den eingesetzten Kampfrichterinnen das Gerät vorzustellen.

Gymnastik und Tanz führt bis zur Deutschen Meisterschaft, aufgeteilt in

Deutsche Jugendmeisterschaft (11 – 18 Jahre)

Deutsche Meisterschaft (18+)

Deutsche Seniorenmeisterschaft (30+)

Es werden eine Gymnastikübung und ein Tanz in der Gruppe mit 6 bis 16 Teilnehmer*innen gezeigt.

Die Zusammensetzung dieser Gruppen kann geschlechterübergreifend sein.

Die Platzierung bei Gymnastik und Tanz erfolgt nach der errechneten Gesamtpunktzahl aus Gymnastik und dem Tanz.

Tanz

Inhaltsanforderungen entsprechen denen von DTB-Dance

7. DTB-Dance

Der DC DTB-Dance entspricht dem Leistungsniveau einer Deutschen Meisterschaft.

Aus der Vielfalt des Tanzes sind alle Stilrichtungen, Tanzformen und Trends wie z.B. Jazz-Dance, Modern Dance, Elementarer Tanz, Streetdance (Hip-Hop, Rap, usw.) sowie gymnastische Bewegungsformen erlaubt und frei kombinierbar - ausgenommen sind die reinen Formen des Rock and Roll, der Folklore, des Gesellschaftstanzes usw. (Vereinbarung des DTB mit dem Deutschen Tanzsportverband).

Inhaltsanforderung

Es werden Choreographie, Bewegungsvielfalt, Kreativität, Schwierigkeit, der Musikeinsatz und die Musikumsetzung, die Synchronität, Harmonie, Ausdrucksfähigkeit und die technische Ausführung bewertet.

DTB-Dance führt bis zum Deutschland-Cup, aufgeteilt in

Deutschland-Cup DTB-Dance Jugend (11 – 18 Jahre)

Deutschland-Cup DTB-Dance 18+

Deutschland-Cup DTB-Dance 30+

Beim DTB-Dance (Tanz in der Gruppe) besteht eine Gruppe zwischen 6 bis 16 Teilnehmer*innen. Die Zusammensetzung kann geschlechterübergreifend sein.

8. DTB-Dance Kleingruppen

Zum **Deutschland-Cup** DTB-Dance Kleingruppe ist eine Qualifikation über den Landes-Cup im Landesturnverband erforderlich.

Im Tanz müssen die vorgegebenen Pflichtelemente gezeigt werden. Die Choreografie wird zweimal getanz und soweit möglich von verschiedenen Kampfgerichten gewertet. Beide Wertungen werden addiert, die Summe ergibt die Endnote.

Es wird eine Tanzgestaltung in der Gruppe mit 3 bis 5 Tänzer*innen gefordert.

Auf Bundesebene können nur die Gruppenmitglieder starten, die bereits auf Landesebene gemeldet wurden. Eine Reduzierung ist ohne Antrag möglich.

Pflichtelemente - DTB-Dance Kleingruppen

Vorrangig wird hier Wert auf die korrekt dargestellten Pflichtelemente gelegt.

Pflichtelement 1:

Aus einer halben Drehung A-Schersprung rw in den sofortigen A-Arabesque-Stand – rück Spielbein mind. 45°

( A  A)

Pflichtelement 2:

Mind. A-Passé-Drehung mit eingesprungener Körperwelle vw ( mind. A  A)

Pflichtelement 3:

Mind. 1/1 Arabesque – Drehung rück unter Horizontale mit direktem Übergang zur Sitzdrehung ( )

Alle Landesturnverbände auf einen Blick

	Landesturnverbände im DTB	Kürzel der LTV
BTB	Badischer Turner-Bund	BA
BTV	Bayerischer Turnverband	BY
BTFB	Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund	BE
BR	Bremer Turnverband	BR
HA	Verband für Turnen und Freizeit Landesorganisation Hamburg	HA
HTV	Hessischer Turnverband	HE
TVM	Turnverband Mittelrhein	MR
NTB	Niedersächsischer Turner-Bund	NI
PTV	Pfälzer Turnerbund	PF
RhTB	Rhein Hessischer Turnerbund	RH
RTB	Rheinischer Turnerbund	RL
STB	Saarländischer Turnerbund	SL
SHTV	Schleswig-Holsteinischer Turnverband	SH
STB	Schwäbischer Turnerbund	SW
WTB	Westfälischer Turnerbund	WE
MTB	Märkischer Turnerbund Brandenburg	BB
LTV	Turnverband Mecklenburg-Vorpommern	MV
STV	Sächsischer Turnverband	SC
LTV/S-A	Landesturnverband Sachsen-Anhalt	SA
TTV	Thüringer Turnverband	TH