

Wahlwettkampf 2025

im Rahmen des Turnfest Markdorf

Termin:	Samstag, 12. Juli 2025
Ort:	Bildungszentrum Markdorf, Turnfest des HBTG 2025
Ausrichter:	TV Markdorf, HBTG
Zeitplan:	ganztags
Meldeschluss:	Sonntag, 22. Juni 2025
Anmeldung:	Anmeldung an anmeldung@hbtg.de
Verantwortlich:	HBTG

Änderungen im Ablauf vorbehalten!

Wettkampfangebote männlich:

Turnfest-Wahlwettkampf männlich

Es sind 5 von 9 Disziplinen zu absolvieren.

WK 1	Gerätturnen Sprung, Reck, Boden, Barren P4-P5 Leichtathletik Weitsprung (Zone), Sprint 50m, Gummistiefelweitwurf Rope Skipping Easy Jump 30s, Speed Jump 30s	Jahrgang 2011/2012
WK 2	Gerätturnen Sprung, Reck, Boden, Barren P4-P6 Leichtathletik Weitsprung (Zone), Sprint 75m, Wurfball 200g Rope Skipping Easy Jump 30s, Speed Jump 30s	Jahrgang 2010 und älter
WK 3	Gerätturnen Sprung, Reck, Boden, Barren LK 4 Leichtathletik Weitsprung, Sprint 100m, Drehwurf 1kg (Schleuderball) Rope Skipping Easy Jump 30s, Speed Jump 30s	Jahrgang 2012 und älter

Wettkampfangebote weiblich:

Turnfest-Wahlwettkampf weiblich

Es sind 5 von 9 Disziplinen zu absolvieren.

- | | | |
|--------------|--|-------------------------|
| WK 11 | Gerätturnen
Sprung, Reck, Boden, Balken P4-P5
Leichtathletik
Weitsprung (Zone), Sprint 50m, Gummistiefelweitwurf
Rope Skipping
Easy Jump 30s, Speed Jump 30s | Jahrgang 2011/2012 |
| WK 12 | Gerätturnen
Sprung, Reck, Boden, Balken P4-P6
Leichtathletik
Weitsprung (Zone), Sprint 75m, Wurfball 200g
Rope Skipping
Easy Jump 30s, Speed Jump 30s | Jahrgang 2010 und älter |
| WK 13 | Gerätturnen
Sprung, Reck/Barren, Boden, Balken LK 4
Leichtathletik
Weitsprung, Sprint 100m, Drehwurf 1kg (Schleuderball)
Rope Skipping
Easy Jump 30s, Speed Jump 30s | Jahrgang 2012 und älter |

Hinweise:

Die P-Übungen werden ohne Musik geturnt, die LK-Übungen können mit Musik geturnt werden, fürs Turnen ohne Musik erfolgt kein Abzug.

Die Kür-Musiken müssen auf einem USB-Stick in mp3-Format pro Teilnehmer mitgebracht werden! Die Dateinamen sollten mit dem Namen der Turnerin beginnen.

Sie auch Wettkampfbedingungen 2025 auf der Homepage unter www.hbtg.de/ordnungen/

Anhang 1:

Ausschreibung für den Gerätturn-Anteil:

1. Festlegungen Gerätturnen

Generell werden die neuen P-Übungen ab 2016 geturnt (Aufgabenbuch des DTB (Stand 2015) plus offizielle Änderungen und Korrekturen.

Der gültige Stand und die offiziellen Änderungen/Korrekturen können auf der Homepage www.Kari-turnen.de des DTB abgerufen werden.

Es gelten folgende Gerätehöhen und Bedingungen:

1.1 Turnen weiblich

Sprung

P 4	Bock	Höhe 100 cm
P 5	Sprungtisch	Höhe 110 cm (kein Alternativsprung Mattenberg)
P 6	Sprungtisch	Höhe 110 cm
LK 4	Sprungtisch	Höhe 110 cm

Beim Wahlwettkampf sind keine Anpassungen +/- 10 cm der Sprunghöhe erlaubt.

Schwebebalken

P 4, P 5	Höhe 100 cm	Sprungbrett erlaubt
P 6	Höhe 110 cm	
LK 4	Höhe 110 cm	

Boden

Alle Bodenübungen werden auf der Mattenbahn geturnt.

1.2 Turnen männlich

Sprung

P 4	Bock	Höhe 100 cm
P 5	Sprungtisch	Höhe 120 cm
P 6	Sprungtisch	Höhe 120 cm
LK 4	Sprungtisch	Höhe 120 cm

Beim Wahlwettkampf sind keine Anpassungen +/- 10 cm der Sprunghöhe erlaubt.

Reck

P 4	schulterhoch
P 5	schulterhoch
P 6	schulterhoch, alternativ 2,80 m
LK 4	2,80 m

Boden

Alle Bodenübungen werden auf der Mattenbahn geturnt.

Anhang 2:

Ausschreibung für den Leichtathletik-Anteil

WK 1 und WK 11

Lauf:	50m-Sprint
Weitsprung:	Weitsprung aus der Zone
Gummistiefel-Weitwurf:	Abstand der Zonen 1,00 m. Jede Zone ergibt 1 Punkt, das beste Ergebnis aus 3 Versuchen kommt in die Wertung.

WK 2 und WK 12

Lauf:	75m-Sprint
Wurfball:	Ball-Weitwurf, 200 g
Weitsprung:	Weitsprung aus der Zone

WK 3 und WK 13

Lauf:	100m-Sprint
Drehwurf:	1 kg Schleuderball
Weitsprung:	Weitsprung

Die gemessenen Sprint-, Wurf- und Weitsprungleistungen werden entsprechend der aktuellen DTB-Mehrkampftabelle in Punkte umgerechnet, damit sie besser vergleichbar sind.

Anhang 3:

Ausschreibung für den Rope-Skipping-Anteil

Easy-Jump (Basic Jump)

beidbeinige Sprünge, 30 sec
die Durchschläge werden gezählt
130 Durchschläge für max. Punktzahl

Basic Jump



So geht's
Stell Deine Beine dicht nebeneinander und springe bei jedem Seildurchschlag mit geschlossenen Beinen über das Seil.

Speed-Jump

im Laufschrift am Platz
rechter Fuß wird gezählt
100 Durchschläge für max. Punktzahl
30 sec

Jogging Step



Der deutsche Rekord beim Speed liegt bei 188 Sprüngen in 30 Sekunden. Das sind mehr als 6 Seildurchschläge pro Sekunde.

So geht's
Der Jogging Step ist ein Laufschrift. Bei jedem Seildurchschlag nimmst Du ein anderes Bein nach oben. Das ist wie Jogging im Stehen.