

Boden- und Gerätturnwettkampf

REGULATIV – BG/BRG/BORG Hartberg

§1 Allgemeine Informationen:

- Boden, Reck, Barren, Balken: 5 Elemente pro Gerät
- Sprung: 2 unterschiedliche Elemente (Punkte werden verdoppelt!)
- Punktevergabe aus Elementen (= A-Note) und B-Note
- B-Note: max. 10 Punkte (Technik, Haltung, Dynamik)
 - 5. Klasse: Es dürfen zwei 1-Punkt-Elemente pro Gerät geturnt werden
 - 6. Klasse: Es darf ein 1-Punkt-Element pro Gerät geturnt werden
 - 7./8. Klasse: Es dürfen keine 1-Punkt-Elemente geturnt werden
- 8. Klasse – Teilnahme freiwillig (Bei Nichtteilnahme: Aufbau, Helfer, Abbau)
- Bei Nichtteilnahme: **Ärztliches Attest** bei Prof. Harrer abgeben (sonst: Noten-Abstufung – gilt auch für die 8. Klassen bei Nichterscheinen zum Helferdienst)
- Die Schülerinnen und Schüler müssen das **Datenblatt zur Bekanntgabe der Kür** ausdrucken & ausfüllen und den jeweiligen Abschnitt dem Kampfrichter vor der Kür geben. (Idealfall: WORD)

§2 Bewertung:

A-Note	B-Note
Balken, Boden, Barren, Reck: max. 20 Punkte (5 Elemente) Sprung: max. 16 Punkte (2 Elemente – Punkte verdoppelt)	max. 10 Punkte

Bemerkung zur B-Note (Quelle: [Turn10](#)):

Die B-Note bewertet die Übungsausführung mit **maximal 10 Zusatzpunkten**:

- **Haltung (maximal 4 Zusatzpunkte)**
- **Technik (maximal 4 Zusatzpunkte)**
- **Dynamik (maximal 2 Zusatzpunkte)**

Bewertungskriterien für die B-Note (Zusatzpunkte):

	Schlecht	Mangelhaft	ausreichend	Gut	Sehr gut
Technik	0 / 0,5	1 / 1,5	2 / 2,5	3 / 3,5	4
Haltung	0 / 0,5	1 / 1,5	2 / 2,5	3 / 3,5	4
Dynamik	0	0,5	1	1,5	2

Beispiele für Technikkriterien:

- siehe Leitbildformulierungen zur Optimalausführung.
- Höhe bei Sprüngen und Schwüngen.
- Berühren des Geräts ohne Bewegungsunterbrechung.
- Optimale Landung (Landungsvorbereitung, keine Schritte, Hüpfen, Stürze).

Beispiele für Haltungskriterien:

- gespannte Beine und Arme.
- Mittelkörperspannung (kein „Hohlkreuz“).
- Eindeutige Körperposition bei gehockter, gebückter, gestreckter Ausführung.

Beispiele für Dynamikkriterien:

- flüssiger Übungsablauf ohne Unterbrechungen, Pausen, Stürze.
- unnötige Schwünge und Schwungholen.
- optimale Haltedauer bei Halteteilen.
- Sprung: Explosivität beim Absprung und Abdruck.
- „Zupfen“ an Kleidung, Frisur...
- Sprechen (mit/zu) der Schülerin bzw. dem Schüler.
- **ACHTUNG:** Sollte nur ein (1) Element geturnt/anerkannt werden, werden (mit Ausnahme des Geräts Sprung) null (0) Zusatzpunkte im Bereich der Dynamik vergeben.

§3: Notenschema:

	Sehr Gut	Gut	Befriedigend	Genügend	Nicht Genügend
5. Klasse	≥77	76 - 65	64 - 53	52 - 40	≤ 39
6. Klasse	≥82	81 - 71	70 - 60	59 - 48	≤ 47
7./8. Klasse	≥89	88 - 79	78 - 69	68 - 58	≤ 57

§4: Anerkennung der Elemente:

- Nur gezeigte und gelungene Elemente leisten einen Beitrag zur A-Note.
- Wird ein Element nicht geschafft, greift folgende Sonderregelung:
- Pro Kür darf **ein nicht geschafftes Element** wiederholt werden (zweiter Versuch):
 - zweiter Versuch geschafft: Punkte in der A-Note erhält der Turner, jedoch kommt es zu einem **deutlichen Abzug** in der B-Note
 - zweiter Versuch nicht geschafft: Element zählt in der A-Note nicht (B-Note jedoch nur aus den anderen 4 Elementen, die geschafft wurden – keine doppelte Bestrafung)

§5 Verbindungselemente und zusätzlich geturnte Elemente, die nicht im Elementkatalog stehen:

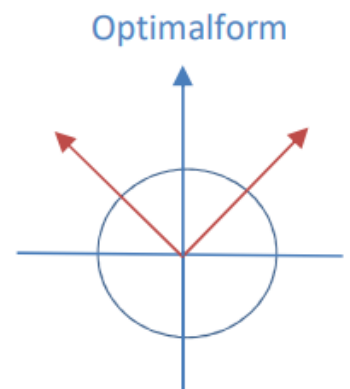
Verbindungselemente leisten keinen Beitrag zur A-Note, sind aber für den harmonischen Übungsaufbau erlaubt und werden in der B-Note mitbewertet.

§6 Nichtanerkennungs-Kriterien für Landungen:

- Kniewinkel im Moment der Landung kleiner als 90°.
- Oberkörper im Moment der Landung unter der Waagrechten.
- Drehungen müssen vollendet sein (45° Regel, siehe unten, Pkt.§6.).
- Landung nicht auf den Füßen.
- Einbeinige Landungen.

§7 Drehungen:

Drehungen müssen vollendet sein (45°-Regel). Eine Drehung wird anerkannt, wenn die Abweichung von der Optimalform bei der Landung nicht mehr als 45° bzw. 1/8 beträgt (siehe Skizze, gilt für Unter- wie Überdrehung).



§8 Halteteile:

Im Elementkatalog definierte Halteteile („2 sek.“) sind in der korrekten Endposition mindestens 2 Sekunden zu halten. Eine **kürzere Haltedauer wird bei der Dynamik berücksichtigt**. Beträgt die Haltezeit **weniger als 1 Sekunde**, dann wird das Element in der **A-Note nicht anerkannt**.

§9 Helfen und Sichern:

- Generell ist das Sichern am Gerät erlaubt, das Helfen jedoch nicht.
- Jedes Berühren der/des Schüler/in durch die Lehrperson wird vom Kampfgericht als Helfen gewertet, das Element nicht anerkannt und es erfolgt ein Abzug von 0,5 Punkten von der Endnote.

§10 Fehlender Aufgang bzw. Abgang:

Balken, Barren, Reck: Wird in einer Übung kein erkennbarer Aufgang oder Abgang gezeigt, werden je 0,5 Punkte von der Endnote abgezogen.

§11 Ausführung der Elemente:

Wenn in den Elementkatalogen die Ausführung eines Elementes nicht exakt vorgegeben ist, kann die Ausführung frei gewählt werden. Diese Elemente können aus unterschiedlichen Ausgangs- und in unterschiedliche Endpositionen geturnt werden.

§12 Spezielle Bemerkungen

- **Fehlender Aufgang bzw. Abgang (Reck, Barren, Balken):**
je -0,5 Punkte von der Endnote (§10)
- **Mehrere Aufgänge bzw. Abgänge (Reck, Barren, Balken):**
je -0,5 Punkte von der Endnote (Idealfall: Aufgang – drei Elemente – Abgang)
- **Verbindungselemente** leisten keinen Beitrag zur A-Note, sind aber für den harmonischen Übungsaufbau erlaubt und werden in der B-Note mitbewertet. Diese Elemente müssen nicht angegeben werden (siehe §5).
- Der Aufgang bzw. Abgang muss nicht zwingend bei den genannten fünf Elementen dabei sein. In der Regel sollte dies so sein, ihr könnt in Ausnahmefällen aber auch beim Reck z.B. folgende Kür turnen:
Übung 1: Hüftaufzug (2P)
Übung 2: Umschwung vorlings rückwärts (2P)
Übung 3: Umschwung vorlings vorwärts (3P)
Übung 4: Rückfallkippe (4P)
Übung 5: Mühlumschwung vorwärts (2P)

Um keinen Abzug (fehlender Abgang) zu erhalten, turnt ihr nach der 5. Übung noch einen Abgang (z.B. Hüftabschwung), der keinen Beitrag zur A-Note leistet. Dadurch habt ihr einen Abgang geturnt und erhaltet keinen Punkteabzug.

Analog kann diese Regelung beim Balken und Barren angewendet werden.

§13.1 Reck

- Idealfall: ein Aufgang + drei Übungen auf dem Reck + Abgang
- ACHTUNG: Ihr dürft **nur eine Variante** aus **Hüftabschwung- und -aufzug** turnen!
- Höhe des Recks darf der Turner / die Turnerin bestimmen (Empfohlener Richtwert: ca. Kopfhöhe)

§13.2 Balken

- Es müssen **3 Längen** geturnt werden – ansonsten **Abzug von einem Punkt**.
1 Länge nach vorne – Wende – 1 Länge zurück – Wende – 1 Länge nach vorne: Abgang
- Balkenhöhe 1 Meter (Mattenoberkante unter Balken bis zur Balkenoberkante).
Sprungbrett zum Aufgang, Landung auf Weichboden.

§13.3 Barren

- Höhe des Barrens frei wählbar
- Sprungbrett oder Kastenteil für den Aufgang erlaubt.
- Niedersprungmatte für Landungen von einem hohen Barren möglich.
- Stützposition sollen mit ausgestreckten Armen ausgeführt werden.
- Erklärung: **Oberarmstand**: ihr dürft eine Variante aus einer statischen Ausgangsposition (Grätschsitz, Winkelstütz) und eine Variante aus dem Schwung turnen.

1 Variante aus einer statischen Ausgangsposition erlaubt	1 Variante aus dem Schwung erlaubt
▪ 2 Punkte: aus dem Grätschsitz in den Oberarmstand heben + abrollen in den Grätschsitz ▪ 3 Punkte: aus dem Winkelstütz in den Oberarmstand heben + absenken Oberarmhang / abrollen Grätschsitz / herausheben in den Stütz / herausheben in den Winkelstütz	▪ 3 Punkte: Rückschwung (Beine, Hüfte etwas gebeugt – nicht komplett gestreckt) in den Oberarmstand + absenken Oberarmhang / abrollen Grätschsitz / herausheben in den Stütz / herausheben in den Winkelstütz ▪ 4 Punkte: Gestreckter Rückschwung in den Oberarmstand (auch in der Hüfte gestreckt) + gestrecktes Herausheben bzw. gestrecktes Fallen in den Oberarmhang

§13.4 Sprung

- Sprunggerät: Kasten
- Landefläche: 2 Weichbodenmatten länglich aneinandergereiht – Faltmatte darüberlegen.
- **Mittellinie**: Der Kasten längs muss mit einer Mittellinie gekennzeichnet sein (ein Stütz in der „ersten“ = dem Sprungbrett näheren Hälfte des Kastens führt, mit Ausnahme der Radwende, zur Aberkennung des Elements).
Die Mittellinie darf NICHT berührt werden!
- Absprünge müssen beidbeinig erfolgen (einbeinige bedeuten Nichtanerkennung).
- Der Abdruck vom Gerät muss mit beiden Händen erfolgen.
- Wird der Anlauf abgebrochen, darf der Sprungkasten nicht berührt werden, sonst gilt der Sprung als geturnt.
- Die Bewertung des Sprunges beginnt mit der Berührung des Sprungbrettes. (d.h. mit dem Absprung!!)

§13.5 Boden

- Jedes Element muss auf der Matte begonnen und geturnt werden. Übertretungen werden in der Dynamik geahndet.
- Gymnastische Zwischenelemente dürfen geturnt werden. Sie haben keinen zusätzlichen Wert für die A-Note, werden aber bei der B-Note (bei Technik, Haltung und Dynamik) mitbewertet.
- Übungen mit Musik sind nicht möglich.