

Festlegung und Interpretation verschiedener Regelfragen

Turn10 Schule (Zyklus 17/18; Version 1)

Stand: 26. April 2016

Boden

- Handstand und Abrollen zählt nur als 1 Element (=Handstand). Die Rolle vorwärts muss als eigens geturntes Element gezeigt werden. (Art. 3.9.)
- Alle Elemente, auch der Anlauf für Sprünge, müssen zur Gänze auf der zur Verfügung gestellten Rollmatte geturnt werden. Das Element, das außerhalb der Matte begonnen, beendet oder zur Gänze geturnt wird, wird nicht für die A-Note anerkannt. Das Element kann anerkannt werden, wenn nach Beendigung des Elements (z. B. Landung nach einem Sprung) nach Landungskorrekturen (z.B. Schritte, Hüpfen, Sturz) der Boden außerhalb der Matte berührt werden muss (→ entsprechend weniger Punkte in der B-Note).
- Handstand, Kopfstand **und Standwaage** sind „freie Elemente“ (Art. 3.8.). Im Reihensystem auf Seite 20 der Broschüre Turn10 Schule ist der Weg zum Erreichen der Handstandposition nicht vorgeschrieben. Somit ist Handstand mit Zurücksteigen, mit Abrollen, Schweizerhandstand usw. möglich.
- Weicht eine Rückwärtsrolle in den Handstand mehr als 30° von der Handstandposition ab, gilt sie nicht (Broschüre S. 16). In diesem Falle kann die Rolle als kleine Rückwärtsrolle rw. mit dementsprechender Berücksichtigung in der B-Note anerkannt werden.
- Rolle vw. kann als Sprungrolle geturnt werden
- **Wechselschritt – Pferdchensprung: nur die Verbindung ohne Zwischenschritt ist erlaubt; mit Zwischenschritt kein Punkt für die A-Wertung**
- Rondat: Deutlicher Abdruck (Flugphase) muss erkennbar sein; Beine dürfen daher nicht vor dem Lösen der Hände den Boden berühren.
- Beim Element Wechselschritt mit Schersprung sind in der Broschüre keine Nicht-Anerkennungskriterien angeführt. Trotzdem müssen zur Anerkennung die beiden Elemente in der Ausführung als solche erkennbar sein und in der vorgegebenen Reihenfolge geturnt werden.
- Salto vw, Handstandüberschlag: nach vorne fallen oder abstützen; Salto rw. nach hinten fallen oder abstützen: Stürze mit Anerkennung des Elements (Element wurde beendet)
- Flick kann auch als Spreizflick geturnt werden, wenn die Kriterien für die Anerkennung des Flicks gegeben sind (Art. 3.8. freies Element)

Balken

- Die Arabeske muss als Einzelteil geturnt werden; Nicht in Verbindung mit der Standwaage. (Art: 3.9.). Jedes Element/Kästchen muss extra gezeigt werden
- Die Ausführung der Standwaage ist frei wählbar; es sind alle Varianten des Standwaage (auch seitlich und hinten mit Halten) möglich.
- Rad als Abgang für die A-Note nicht erlaubt
- Auch bei der Radwende als Abgang muss ein deutlicher Abdruck für die Anerkennung in der A-Wertung erkennbar sein.
- Beliebiger Aufgang: Nichtanerkennung laut Broschüre: „Raufklettern“: Darunter fallen: **Raufklettern mit Hilfe der Balkensteher und anderes unturnerisches Klettern, um auf den Balken zu gelangen**

Barren

- Die Gerätehöhe ist frei wählbar
- **Rückschwung bei 4x schwingen bzw. Wende: Ergänzung in der Broschüre für die Optimalausführung: 45° über der Waagrechten**
- **Rolle rw: kann auch aus dem Grätschsitz geturnt werden**
- **Rolle vw oder Rolle rw: Als Endposition ist der Oberarmhang oder der Grätschsitz zulässig.**
- Das Element „Sprung in den Stütz und Vorschwung“ darf nicht direkt mit einem Grätschsitz verbunden werden. Dies zählt nur als ein Element, da ein Vorschwung für die Anerkennung beider Elemente fehlt
- Ein „Sprung in den Stütz mit Vorschwung“ und direkt folgender „Außenquersitz“ bringt bereits hingegen zwei Punkte im A-Wert.
- Der Oberarmstand und der Handstand sind „freie Elemente“ (Art. 3.8.)
- Oberarmstand mit Abrollen ist nur ein Element. Die Rolle vw. muss extra geturnt werden (Art. 3.9.)

- Die Kippe in den Grätschsitz ist ein eigenes Element. Sie kann aus der Kipplage, als Ellhangkippe, als Laufkippe oder Rückfallkippe in den Grätschsitz geturnt werden.
- Die Kippe in den Stütz ist ein eigenes Element. Sie kann aus der Kipplage, als Ellhangkippe, als Laufkippe oder Rückfallkippe in den Stütz geturnt werden.
- Die Rolle vw. oder der Oberarmstand (S. 25) gelten nicht, wenn in den Ellbogen eingehängt wird.
- Ein gegrätschter Winkelstütz (Griff hinter den Beinen) ist kein Grätschwinkelstütz und daher nicht erlaubt.
- Ein Winkelstütz mit gehockten Beinen ist nicht als Winkelstütz anzuerkennen.
- Im Art. 3.5. werden Zwischenschwünge nicht eigens definiert. Ein sogenannter „ganzer Zwischenschwung“ (ein Vor- und Rückschwung) ohne ein anderes Element zu turnen ist unnötig und daher in der Dynamik zu berücksichtigen. Ein „halber Zwischenschwung“ (entweder ein Vor- oder Rückschwung) ohne ein anderes Element zu turnen sollte keinen Punkteverlust in der Dynamik zur Folge haben

Reck

- Die Höhe des Recks darf maximal der Körpergröße entsprechen. Wenn der (die) SchülerIn aufrecht unter dem Reck durchgehen kann, ist das Reck zu hoch.
- Ein (1) Bodenkontakt ist innerhalb der Übung erlaubt. Dieser Bodenkontakt ist möglich nach a) Rückschwung aus dem Seitstütz zum Niedersprung, b) Hüftabschwung vorlings, c) freier Felge.
- Der zweite, absichtliche Bodenkontakt ist als Sturz (-0,5 Punkte) zu werten und das Element, das zum Bodenkontakt geführt hat, ist nicht für die A-Note anzuerkennen.
- Hockwende (Hocke) gilt als Abgang, die Übung muss danach abgeschlossen sein. Hockwende und ein anschließender Unterschwing sind nicht möglich.
- **Hocke: Für die Anerkennung in der A-Note kann die Hocke nur als Abgang geturnt werden; Für eine Hocke in den Sitz gibt es keine Punkte für die A-Wertung**
- „Rückschwung aus dem Seitstütz“ und „Hüftumschwung vorlings rw.“ bzw. „freie Felge“ sind zwei Elemente für die A-Note, da die Elemente „Hüftumschwung vorlings rw.“ bzw. „freie Felge“ erst nach Beendigung des Rückschwungs beginnen und daher beide Elemente vollständig geturnt wurden!
- **Rückschwung aus dem Seitstütz: Ergänzung in der Broschüre für Nicht-Anerkennung: „Rückschwung unter 45° von der unteren Senkrechten“**

-
- Der Rückschwung bei der Hocke oder Hockwende ist Teil des Elements und ist daher nicht als zweites Element für die A-Note gewertet werden. Die Hocke (Hockwende) beginnt laut Broschüre im Stütz vorlings.
- Die Spreizkippe gilt nicht als solche, wenn mit dem Knie eingehängt wird (S. 31). Man kann das Element in diesem Fall aber als „Kniehangab- und Aufschwung“ mit dementsprechender Berücksichtigung in der B-Note gelten lassen.
- Unterschwingung ist ein freies Element: Unterschwingung aus dem Stand oder Stütz, Grätschunterchwung sind erlaubt.
- Spreizkippe gilt auch als Aufgang
- Unterschwingung mit ½ Drehung und Laufkippe ist kein Bodenkontakt
- Broschüre S. 32: Text ist falsch; Rückfallkippe auch als Aufgang oder als Laufkippe **ist ein Fehler im Heft**
- **Rückfallkippe: Ausführung als Rückfallkippe vl oder Rückfallkippe rl zulässig**
- „Sitzumschwung“ und „Mühle“ können sowohl vorwärts als auch rückwärts geturnt werden (Art. 3.8. freies Element).
- „Mühle“, „Sitzumschwung“, „Hüftumschwung vorlings rw.“: Überdrehen und Sturz nach zu viel Schwung: Sturz (-0,5 P) mit Anerkennung des Elements; keine Anerkennung und Sturz, wenn der (die) SchülerIn, zu wenig Schwung hat und das Element daher nicht beenden kann.

Sprung

- Gerätehöhe mindestens 90 cm
- **Die Bewertung des Sprunges beginnt mit dem Berühren des Sprungbrettes; der Anlauf wird für die B-Wertung nicht berücksichtigt**
- **Bei allen Sprüngen: Nichtanerkennung: Das Umklammern des Kastendeckels während des Sprunges.**
- **Bei allen Sprüngen muss für die Anerkennung des Sprunges der Kniewinkel bei der Landung 90° oder größer sein.**
- Kastenmittelmarkierung (Ausnahme Rondat) muss bei Sprüngen über den Längskasten übersprungen werden. Griff auf der Markierung ist nicht erlaubt: 0 Punkte

- Zwei gleiche Sprünge müssen gezeigt werden. Weicht der zweite Sprung vom ersten ab, ist der erste Sprung gültig, auch wenn der zweite Sprung besser bewertet worden wäre
- Beidbeiniger Absprung gilt immer, auch wenn es ab Übung 4 nicht mehr extra dabei steht.
- Sobald das Sprungbrett berührt wurde, zählt der Versuch als (erster) Sprung.
- Wird das Brett nicht berührt, darf nochmals angelaufen werden (immer noch gleicher Versuch). Nach dem 2. erfolglosen Anlauf sollte der Sprung meiner Meinung nach aber mit 0 Punkten bewertet werden (Wettkampf verzögert sich sonst unnötig)
- Die Ausführung „Hockwende“ gelten beide Ausführungen:
 - o Paralleler Griff – Lösen des Griffs einer Hand – $\frac{1}{4}$ Drehung zum Seitstand.
 - o $\frac{1}{4}$ Drehung bereits in der ersten Flugphase
- Die Hocke gilt nicht, wenn nachgeschoben/durchgeschoben wird (Broschüre, S. 36).