

P F L I C H T E N H E F T

ZIEL

Die Wintermeisterschaft für Jugendriege des Kantonal-Turnverbandes erstmals ausgetragen in der Saison 1985/86 hat zum Ziel, mit Wettkämpfen aus den Turnsparten Geräte, Leichtathletik und Nationalturnen die Vereine wieder vermehrt dem Turnen zuzuführen, sowie die Verbundenheit, die Freundschaft und die Kameradschaft in und zwischen den Vereinen vermehrt zu fördern und zu pflegen.

TEILNAHMEBERECHTIGUNG

1. Teilnahmeberechtigt ist jede Jugendriege, die dem STV und insbesondere dem Kantonal-Turnverband Basel-Stadt angeschlossen ist.
2. Jeder Jungturner muss Mitglied des startenden Vereins sein. Das Mindestalter beträgt 7 Jahre, das Höchstalter 16 Jahre.
3. Die Wettkämpfe werden jeweils in Heim- und Auswärtsbegegnungen ausgetragen.
4. Die jeweiligen Begegnungsdaten werden vom Heimverein bestimmt. Es empfiehlt sich, mit dem Gastverein ein für beide einhaltbares Datum abzusprechen.
5. Das Wettkampfdatum muss dem Gastverein mindestens 30 Tage zuvor bekannt gegeben werden.
6. Die Wettkampfdaten sollten schriftlich und telephonisch dem Gastverein, der JUKO (Marcel Graber, bei Abwesenheit dem Stv. Philipp Clément) sowie den Kampfrichtern mitgeteilt werden.
7. Abmeldungen und Verschiebedaten müssen den unter Punkt 6 genannten Teilnehmern 3 Tage vor dem Wettkampftag mitgeteilt werden.
8. Jungturner, die an mindestens 3 Wettkämpfen teilgenommen haben und die Ränge 1 - 10 belegten, sind für den Final qualifiziert. Für die Teilnahme an einem Eidg. Jugendturntag gelten die Ränge 1 - 6, sofern zu hohe Teilnehmerzahlen aus den Vereinen gemeldet werden.
9. Mädchen sind zugelassen, sofern sie offiziell einer Jugendriege des STV/KTV angehören. Die Wettkämpfe finden unter der Woche im Rahmen der normalen Turnstunden statt. Jede Jugendriege sollte pro Jahr mindestens drei Anlässe besuchen.

W E T T K A M P F V O R S C H R I F T E N

1. In der Disziplin "Geräteturnen" wird von der JUKO auf eine Saison lang bestimmt, dass mindestens zwei Gerätedisziplinen pro Wettkampf durchgeführt werden müssen.
2. Es bleibt dem veranstaltenden Verein vorbehalten, aus der Auswahl der ihm zusagenden Disziplinen diejenigen auszuwählen, die ihm am geeignetsten erscheinen. Vorbehalten bleiben hier die als Pflichtprogramm aufgeführten Disziplinen.
3. Der veranstaltende Verein hat für die nötigen Kampfrichter zu sorgen, ausser in den schätzbaren Wettkämpfen, wo ihm die befähigten Leute von der JUKO oder von einem Spezialistenverein auf Anfrage zur Verfügung gestellt werden. Es sei denn, er habe eigene geeignete Kampfrichter.
4. Kampfrichter in den Gerätedisziplinen haben nötige Kenntnisse vorzuweisen und sind daher speziell auszuwählen (ev. auch von der JUKO zu bestimmen).
5. Die Kampfrichter haben kein Anrecht auf Entschädigung, es sei denn, der veranstaltende Verein regle dies in eigener Kompetenz.
6. In den Kategorien A bis C wird nicht mehr wie bis anhin ein Sechskampf, sondern neu ein Fünfkampf durchgeführt werden. In der Kategorie D wird neu nur noch ein Dreikampf zur Ausführung gelangen.
7. Der Hindernislauf ist für sämtliche Kategorien obligatorisch.

Aus den einzelnen Turngattungen werden folgende Disziplinen angeboten:

Kat A

Geräteturnen:

Barren: Knaben-Geräte-Test 2 gem. Beilage 1

Boden: Knaben-Geräte-Test 2 gem. Beilage 2

Minitramp: Es müssen zwei Sprünge gesprungen werden, wobei die nachfolgend aufgeführten Sprünge als Pflichtsprünge gelten. Der zweite Sprung ist nach freier Wahl, es müssen jedoch zwei verschiedene Sprünge gesprungen werden.

Pflichtsprünge:

*Grätschsprung gestreckt

*Hechtrolle

*Strecksprung mit ganzer Drehung

zweiter Sprung nach freier Wahl

Schaukelringe: Knaben-Geräte-Test 2 gem Beilage 3

Reck: Knaben-Geräte-Test 2 gem Beilage 4

Leichtathletik

Springen: 3-Hupf (Weitsprung aus Stand éFroschhupfè), 2 Versuche

Schnellauf: 4x10 m Lauf, analog Konditionstest J+S, 2 Versuche

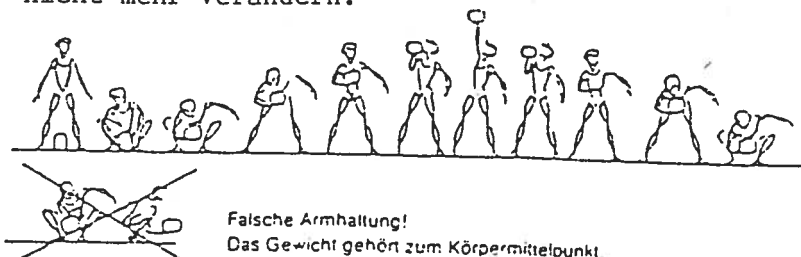
Nationalturnen

Springen: Hochweitsprung, Anlauf 90 z. Anlage, Hechtrolle nicht gestattet, 2 Versuche.

Stossen: Medizinballstossen, 2 Kg, Anlauf frei, Werfen nicht gestattet.

Heben: Hantelheben links und rechts. 10 Kg. Die Anzahl an Hebungen pro Arm sind freigestellt. Gesamthaft sind für die Höchstpunktzahl 25 Hebungen auszuführen.

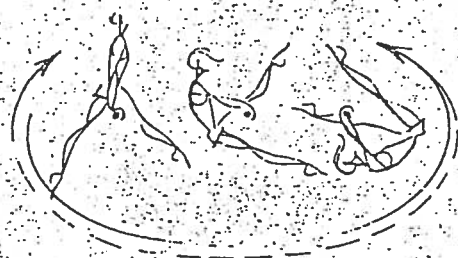
Die Technik beim Heben ist aus dem Reihensbild ersichtlich. Jede Hebung beginnt im tiefen Kauerstand (Hantel ca. 15 cm über dem Boden) und führt in gleichmässigem Bewegungsablauf über die Hochstrecke zur Ausgangsstellung zurück. Der Ellbogen darf bei keinem Körperteil eingestellt werden. Wird die Hantel mit einem anderen Körperteil oder mit der freien Hand vor dem Niederfall bewahrt, so wird diese Hebung(en) vom Punktetotal abgezogen. Als Grundstellung ist ein der Körpergrösse entsprechender Grätsch-Kauerstand zu wählen. Während dem Heben dürfen die Füsse den Standort nicht mehr verändern.



Reck

tief

Obligatorische Elemente



1. Mühlabschwung und Aufschwung

1,0



2. Stütz vorlings: Unterschwingung zum Niedersprung

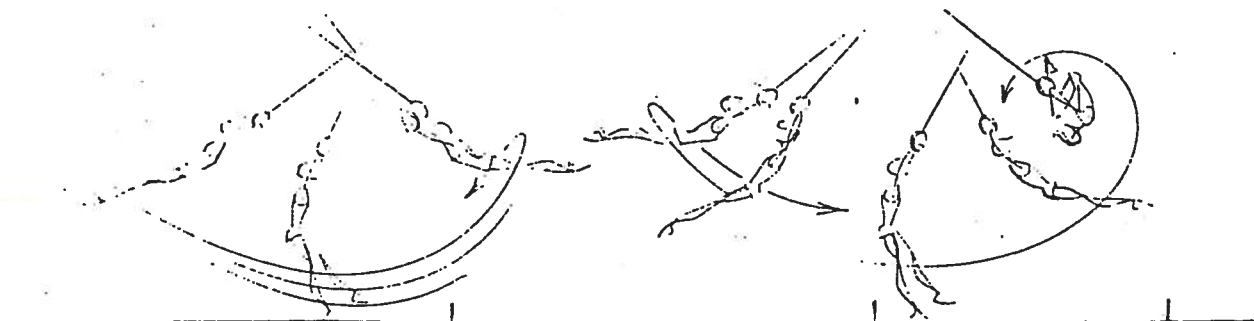
1,0

Musterübung

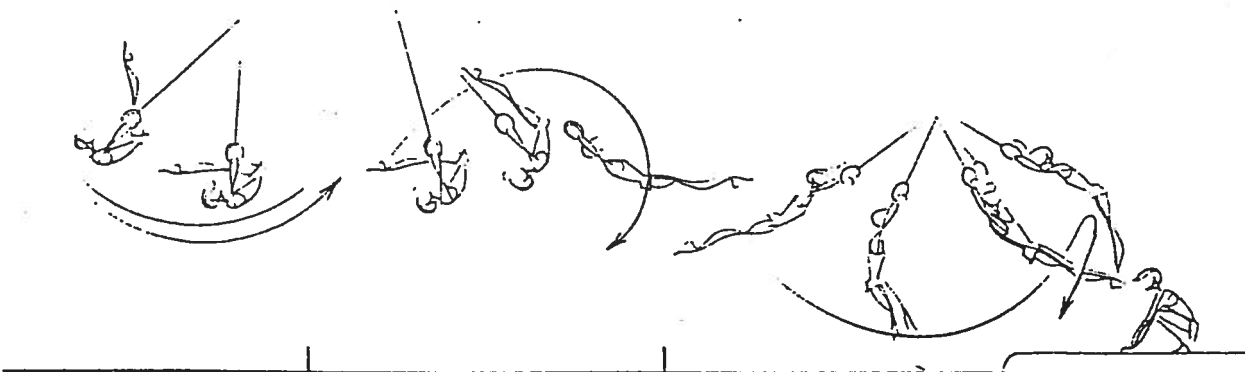
- | | |
|--|------------|
| 1. Stand: Ausholen mit einem Bein und Felgaufschwung | 0,5 |
| 2. Senken rückwärts zum Sturzhang, Spreizen auswärts und Knieaufschwung vorwärts | 0,5 |
| 3. Mühlabschwung und Mühlaufschwung | Oblig. 1,0 |
| 4. Spreizen auswärts mit 1/2 Drehung zum Stütz vorlings | 0,5 |
| 5. Ausholen und Felge rückwärts | 0,5 |
| 6. Unterschwingung zum Niedersprung | Oblig. 1,0 |

Schaukelringe

Werte



- | | |
|---|-----|
| 1. Nach dem 3. Vorschaukeln 1/2 Drehung zum | 0,5 |
| 2. Vorschaukeln mit 1/2 Drehung zum | 0,5 |
| 3. Vorschaukeln und Heben zum Sturzhang gehockt | 1,0 |



- | | |
|---|-----|
| 4. Rückschaukeln und Vorschaukeln im Sturzhang gebeugt mit Wippen | 0,5 |
| 5. Abschwingen zum Rückschaukeln im Hang | 1,0 |
| 6. Vorschaukeln und 1/2 Drehung zum Niedersprung | 0,5 |

Kat B

Geräteturnen

Barren: Knaben-Geräte-Test 1 gem. Beilage 3

Boden: Knaben-Geräte-Test 1 gem. Beilage 4

Minitramp: analog Kat A

Pflichtsprünge:

*Hocksprung

*Strecksprung mit halber Drehung

*Grätschsprung

Schaukelringe: Knaben-Geräte-Test 1 gem Beilage 5

Reck: Knaben-Geräte-Test 1 gem Beilage 5

Leichtathletik

sämtliche Disziplinen analog Kat A.

Nationalturnen

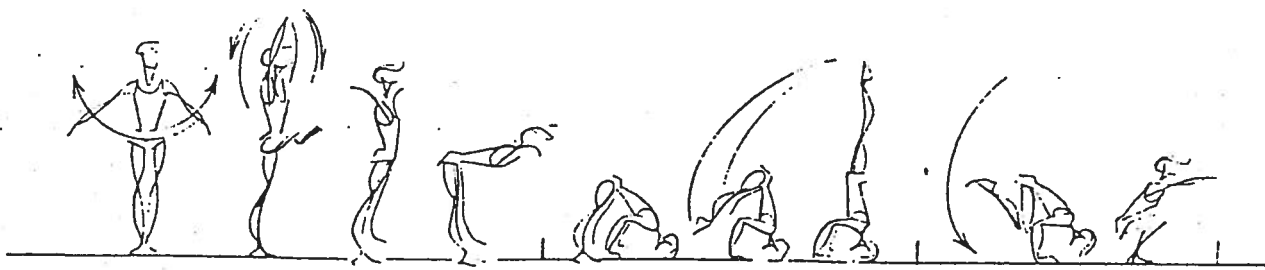
Springen: analog Kat A

Stossen: analog Kat A

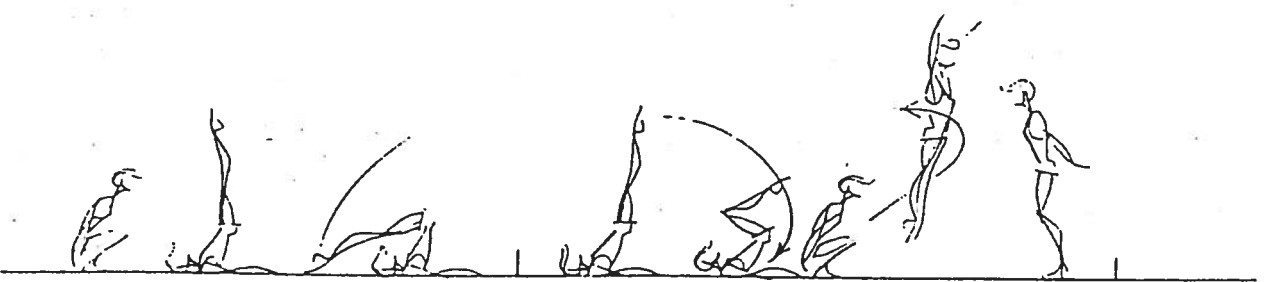
Heben: Durchführung analog Kat A, Gewichte 8 Kg.

Boden

Werte



- 1. Seitstand: Armschwingen auswärts zur Seithochhalte, Spreizen rechts vorwärts mit 1/4 Drehung links und Armkreisen einwärts zum Grätschstand, Senken des Körpers zur Neigehalte - 0,5
- 2. Heben des gebeugten Körpers mit gegrätschten Beinen zum Kopfstand - 1,0
- 3. Senken zum Kauerstand 0,5



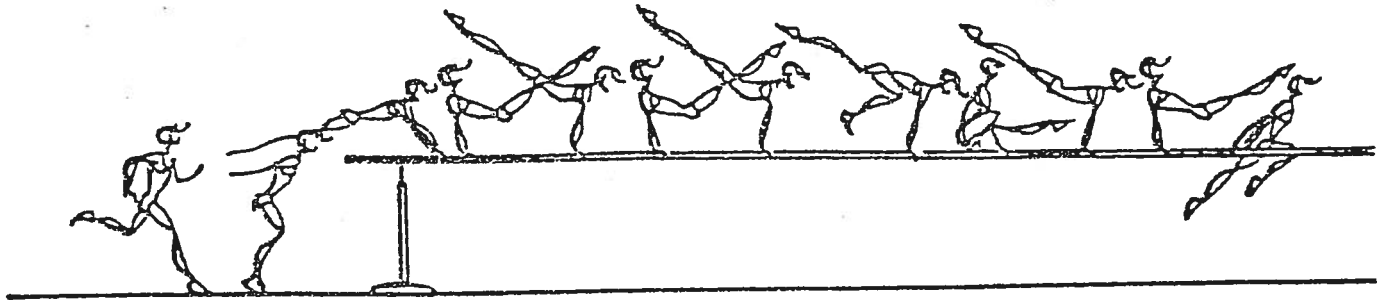
- 4. Abrollen rückwärts zum Nackenstand und Beinwippen zum Berühren des Bodens mit den Fuss-Spitzen 0,5
- 5. Abrollen vorwärts und Strecksprung mit 1/2 Drehung 1,0



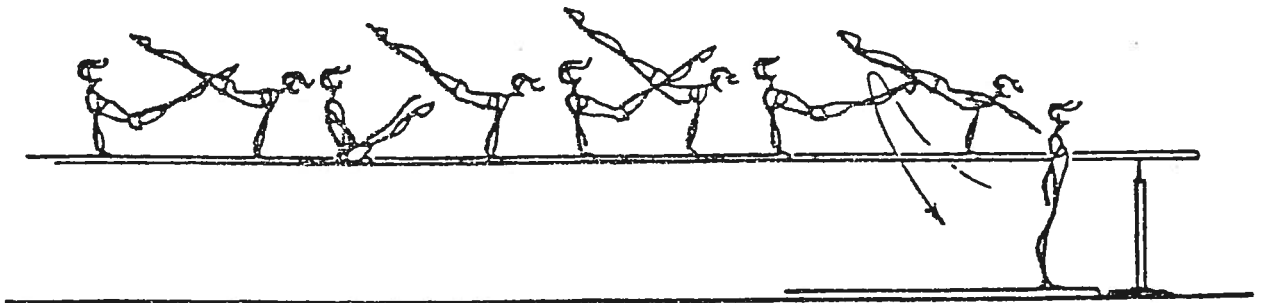
- 6. Rolle vorwärts und Sprungrolle zum Strecksprung 0,5

Barren

tief



- | | |
|---|-----|
| 1. Aus Anlauf: Sprung zum Stütz, Vorschwung, Zwischenschwung, Rückschwung, Vorschwung zum Hockstand | 1,0 |
| 2. Rückschwung, Vorschwung, Rückschwung zum Aussenquersitz | 1,0 |



- | | |
|--|-----|
| 3. Vorschwung, Rückschwung, Vorschwung zum Reitsitz | 1,0 |
| 4. Rückschwung, Vorschwung, Zwischenschwung und Wende zum Niedersprung | 1,0 |