



# 1. Turn10 - Pokal 2023 Einzel



**Termin:** Samstag, 17.06.2023  
**Ausrichter:** SV Miesau 1912 e.V.  
**Ort:** Schulsporthalle, Neugärten 1, 66892 Bruchmühlbach-Miesau

**Allgemeine Erwärmung:** 09:00 Uhr  
**Kampfrichterbesprechung:** 09:00 Uhr  
**Wettkampfbeginn:** 09:30 Uhr

Bei der allgemeinen Erwärmung wird nicht an den Geräten eingeturnt. Nach Wettkampfbeginn erhält jede Riege ca. 1 Minute pro Teilnehmer/in Einturnzeit nach Wechsel und Freigabe.

**Meldegeld:** 10,00 € pro Teilnehmer/in

Das Meldegeld wird mit der Meldung fällig und kann (auch bei Nichtantreten) nicht erstattet werden. Die Bezahlung des Meldegeldes erfolgt per Einzug vom Vereinskonto mittels SEPA-Lastschriftverfahren (Einzugsermächtigung der Mitgliedsvereine beim TGS liegen vor), eine Barzahlung vor Ort ist nicht möglich. Bei Teilnahme von Vereinen außerhalb des TGS muss eine Einzugsermächtigung für den Wettkampf erteilt werden.

**Meldung:** Meldungen der Teilnehmer/in sind bis **01.06.2023** über unser **Meldeformular** möglich.  
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfCkkJ5V8Ka7FZNO4lwDzVu\\_97b1fT0subuFm0fgrZYh5AcYg/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfCkkJ5V8Ka7FZNO4lwDzVu_97b1fT0subuFm0fgrZYh5AcYg/viewform?usp=sf_link)

Teilnehmen können nur Teilnehmer/innen, die dieses Jahr noch **keine** Meisterschaften, Kür oder LK geturnt haben.

Rückfragen bitte an Miriam Schäfer an TURN10@turngau-sickingen.de oder telefonisch bzw. per WhatsApp unter 0179 9670970.

**Hinweis:** Mit der Meldung erklärt sich der/die Teilnehmer/in bzw. deren Erziehungsberechtigte damit einverstanden, dass persönliche Daten (Name, Vorname, Jahrgang). Ergebnisse sowie offizielle Fotos und Filmaufnahmen (z.B. auch in Aktion), die im Zusammenhang mit der Teilnahme am Wettkampf stehen, für redaktionelle Zwecke im Internet bzw. in externen Medien veröffentlicht werden dürfen.

**Startrechte:** Alle Teilnehmer/innen benötigen eine **gültige DTB-ID** und ein Startrecht für den Bereich „Gerätturnen Einzel“. Des Weiteren muss auch die Jahresmarke beantragt sein.

## Wettkampfprogramm: Turn10 Basisstufe

An jedem Gerät stehen 10 Elemente zur Auswahl (s. Anhang). Pro erfolgreich geturntes Element wird 1 Punkt vergeben. Am Sprung wird nur ein Element gewählt. Zusätzlich können pro Gerät 10 Punkte für sauberes und technisch richtiges Turnen erreicht werden. Die Höchstwertung an jedem Gerät sind 20 Punkte.

Der Turn10-Pokal ist ein Vierkampf. Es können folgende Geräte geturnt werden:

### Wettkampfprogramm weiblich:

Sprung, Barren/Reck, Balken, Boden, Minitrampolin

### Wettkampfprogramm männlich:

Sprung, Reck, Parallelbarren, Boden, Minitrampolin

Bei der Meldung bitte angeben welche Geräte geturnt werden.

## Kampfrichter/innen:

Jeder Verein stellt mindestens eine/n Kampfrichter/in. Die Unterlagen zur Bewertung werden ca. 1 Woche vorher per E-Mail versendet. Es ist notwendig, dass der Kampfrichter Erfahrungen im Bereich Gerätturnen hat und die korrekte Ausführung der Elemente kennt. Eine Kampfrichter-Lizenz aus dem Bereich Gerätturnen ist nicht notwendig! Eine *Turn10-Kampfrichter-Lizenz* wäre wünschenswert. Es werden regelmäßig Kampfrichterkurse komplett online angeboten. Alle Infos unter [www.dtb.de/turn10](http://www.dtb.de/turn10).

## Geturnt wird ausschließlich BASISSTUFE

Jahrgang	Alter	Wettkampfprogramm männlich	Wettkampfprogramm weiblich
2018 u.j.	5 und jünger	M0	W0
2017- 2015	6 - 8	M1	W1
2014- 2012	9 - 11	M2	W2
2011- 2009	12 - 14	M3	W3
2008 u. ä.	15 und älter	M4	W4
2003 u. ä.	20 und älter	M5	W5

Die Jahrgangsaufteilung kann sich je nach Anzahl der Meldung noch ändern!

## Hinweise zu den Geräten:

Sprung: siehe Anhang,

Reck/Barren: Höhe am Reck frei wählbar, Stufenbarren 160/240cm,

Balken: 1m (gemessen ab Mattenoberkante), Sprungbrett, Abgang auf Weichboden, Turnbank für Übungen mit maximal 4 Elementen.

Boden: Eine Bodenbahn (12 x 2m), bei Übungen die einen Überschlag, Salto oder Flick Flack beinhalten dürfen auf der AirTrack geturnt werden.

Parallelbarren: Höhe freigestellt. Sprungbrett/Kastenteil für Aufgang.

Minitrampolin: bis M1/W1 Anlauf mit Bank möglich, normales Minitrampolin.