

## Zusammenfassung der Klarstellungen zum Pflichtprogramm – Aufgabenbuch Gerätturnen 2015 veröffentlicht: **Dez.2017**

### *Hinweise zur Bewertung der Pflichtübungen bei Wahlwettkämpfen (Turnfest):*

Im Altersbereich 60+ werden bei nicht lösbaren Bewegungsaufgaben (Beweglichkeit, Kraft) individuelle Erleichterungen bis zur Erreichung der nächstfolgenden Ausgangslage erlaubt! Es erfolgt aber ein Abzug von 0,3 Pkt.!

Beispiele:

#### **Boden**

- abrollen, nicht in den Stand, sondern in den Liegestütz rücklings, 1/2 LAD , Liegestütz vorlings, anhocken in den Stand (P2/4. P3/2. P5/4.)

#### **Barren**

- Winkelstütz nicht gestreckt, sondern gehockt (2sec) und strecken zum Rückschwung (P4/3. P5/4.)

#### **Reck**

- Hüftaufschwung mit Schwungbeineinsatz (P4/1. P5/2.)  
Vorschweben gehockt statt gestreckt (P5/1.)

## Zusammenfassung der Klarstellungen zum Pflichtprogramm – Aufgabenbuch Gerätturnen 2015 veröffentlicht: **Dez.2017**

### Weitere Hinweise für die Geräte

#### **Boden**

Bei Problemen mit der Raumaufteilung der Übungsinhalte gilt:  
"Zur Ausnutzung der Mattenlage (oder Bodenfläche!) sind zusätzliche LAD  
abzugsfrei erlaubt" (betr. z.B. P 7- Nr. 6 + P 9 - Nr. 8)

Seite 22 - 1. Punkt: Die Übungen der Schwierigkeitsstufen P1-P4 sind im  
weiblichen und männlichen Bereich identisch > **streichen!!**

Seite 30 - P 9 - 5. Felgrolle rückwärts in den Handstand, **Abbücken in den  
Stand**

8. nach Standwaage, **Aufrichten in den Stand und 1/2 LAD**

#### **Pauschenpferd**

- P 3 Nummerierung der Schwerpunkthinhalte wird folgendermaßen  
geändert:  
Der 2. Teil unter Nr. 2 wird als Nr. 3 ergänzt!

#### **Sprung**

Seite 47 - Übersicht/Systematik P7 – **Geräthöhe 1,20m**

#### **Barren**

Seite 54 - Übersicht/Systematik P 6 - Abgänge - **Wende (über 45°)**  
P7 - Abgänge - **Wende**  
**(handstandnah)**

Seite 57 - P 5 - **Nummerierung 1 - 6 vornehmen**

#### **Reck**

- Seite 70 - P 9: Der Angang (Nr. 1) wird nicht aus dem Kammgriff,  
sondern aus dem Ristgriff geturnt!

P 9 - 1. - ergänzen:

Felgabschwung(Unterschwung) - **Wert 0,5**

4. - ändern: Riesen-Aufschwung in den Stütz - **Wert 1,0**