

# AUSSCHREIBUNG ZUM KREISKINDERTURNFEST

20.-21. Juni 2026  
in Ehmén



NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

TURNKREISE

Helmstedt - Wolfsburg

## Wettkampfangebot Einzelwettbewerbe

Das Wettkampfangebot besteht aus 2 Blöcken.

**Samstag** werden alle Kinder einen Leichtathletischen Dreikampf bestehend aus Sprint, Weitsprung und Wurf/Stoß absolvieren. Nur der Sprint ist für das Sportabzeichen geeignet.

**Sonntag** wird der turnerische Wahl-Dreikampf durchgeführt. Es können von den ausgeschriebenen Geräten der T-Übungen drei ausgewählt werden. Die Schwierigkeitsstufe an jedem Gerät kann frei gewählt werden, Jungen und Mädchen turnen bei den T-Übungen die gleichen Übungen.

## Wettkampfangebot Gruppenwettbewerb

### Wimpelwettbewerb

Der Wimpelwettbewerb besteht aus einer bunten Staffel an der **alle Kinder zusätzlich** teilnehmen können. Der Parcours wird erst am Wettkampftag bekannt gegeben. Die Anforderungen können von jedem Teilnehmer bewältigt werden. Eine Mannschaft besteht aus 2 Jungen und 2 Mädchen, fehlende Jungen können durch Mädchen ergänzt werden. Gestartet wird in drei Altersgruppen, die Einteilung richtet sich nach dem ältesten Gruppenmitglied.

Gruppe 1	Altersstufen	bis 8 Jahre
Gruppe 2	Altersstufen	9 bis 11 Jahre
Gruppe 3	Altersstufen	12 Jahre und älter

In den drei Altersgruppen erhält die Gewinnermannschaft einen Wanderpokal.

### Altersstufen

06-07 Geburtsjahr	2020/19	12-13 Geburtsjahr	2014/13
08-09	2018/17	14-15	2012/11
10-11	2016/15	16-17	2010/09

Das Geburtsjahr ist entscheidend für die Zugehörigkeit der Altersstufe.

### Zeltlager

Wie in jedem Jahr findet auch in diesem Jahr wieder ein Zeltlager statt. Nähere Informationen über Zeltlager, Zeitplan, Meldungen, Startgeld usw. findet ihr in der Einladung zum Kreiskinderturnfest.

## Ausschreibung der turnerischen T-Übungen

Bei den T- Übungen dürfen Mädchen Parallelbarren und Jungen Schwebebalken turnen.

<b>Boden</b>		<b>Punkte</b>
T 1	Rolle vorwärts in den Stand, einen Schritt vorw. mit ½ Drehung, Rückenschaukel, Streck sprung.	11
T 2	Aus dem Stand Rolle vorwärts, Streck sprung , zurückrollen in die flüchtige Kerze, 1-2 Schritte, flüchtiger Handstand.	12
T 3	Aus dem Anlauf Sprungrolle, Streck sprung mit ½ Drehung, Rolle rw , 1-2 Schritte, Handstand-Abrollen, .	13
T 4	Anlauf, Radwende mit Streck sprung, Rolle rückwärts durch den flüchtigen Handstand , Streck sprung mit ½ Drehung, Rad in die Bewegungsrichtung.	14
T 5	Anlauf, Handstandüberschlag, 1-2 Schritte Hock sprung, Streck sprung mit ½ Drehung, Rolle rückwärts durch den flüchtigen Handstand, anlaufen Radwende mit Streck sprung in den Stand.	15

<b>Sprung</b>		<b>Punkte</b>
T 1	Anlauf, Streck sprung, Landung beidbeinig auf einen Weichboden.	11
T 2	Anlauf, Aufknien auf den Kasten lang, aufstehen vorgehen und Streck sprung ( 90 cm )	12
T 3	Grätsche über den Bock ( 100 cm )	13
T 4	Hocke über den Kasten quer ( 110 cm )	14
T 5	Handstütz-Sprungüberschlag ( 110 cm ) Sprungbrett	15

<b>Reck</b>		<b>Punkte</b>
T 1	Reck brusthoch : Sprung in den Stütz, Hüft-Abzug mit weicher (leiser!) Landung.	11
T 2	Reck schulterhoch : Sprung in den Stütz, Rückschwung - Niedersprung, Unterschwing in den Stand.	12
T 3	Reck kopf hoch : Hüftaufschwung, Rückschwung- Niedersprung, Unterschwing in den Stand.	13
T 4	Reck kopf hoch : Vorschwing, Rückschwung über den Winkelhang, Hüftaufzug, Rückschwung, Hüftumschwung, Unterschwing in den Stand.	14
T 5	Reck kopf hoch : Kippaufschwung (Vorlaufen, Abdruck von einem Fuß erlaubt), Hüftumschwung, Unterschwing in den Stand.	15

<b>Parallel Barren</b>		<b>Punkte</b>
T 1	Vom Stand auf einem kleinen Kasten: vorschwingen in den Außenquersitz, Niedersprung in den Außenquerstand.	11
T 2	Aus dem Stand vorschwingen u. rückschwingen, vorschwingen u. Kehre in den Stand.	12
T 3	Aus dem Stand vorschwingen in den Außenquersitz, einschwingen, rück- und vorschwingen, rückschwingen u. Wende.	13
T 4	Aus dem Stand vor- u. rückschwingen, vorschwingen in den Grätschsitz, Rolle in den Grätschsitz, einschwingen, rückschwingen, vorschwingen und Kehre mit ¼ Drehung zum Gerät.	14
T 5	Sprung in den Oberarmhang, Vorschwingung mit aufgrätschen in den Grätschsitz, vorfassen Oberarmstand, abrollen in den Grätschsitz, einschwingen, rückschwingen u. Wende.	15

<b>Balken</b>		<b>Punkte</b>
T 1	Schwebebank schmal : Aufsteigen, 3- 4 Schritte gehen, ½ Drehung, 2 Schritt rw. , 1/2 Drehung, Strecksprung als Abgang.	11
T 2	Schwebebank schmal : Aufsteigen, Heben in den einbeinigen Ballenstand (r u. l) ½ Drehung beidbeinig, Pferdchensprung, ½ Drehung beidbeinig, gehen bis zum Balkenende, Hocksprung als Abgang.	12
T 3	Balken 80 cm : Hockwende auf den Balken, 2 Schritte vorw. mit Vorspreizen, senken in die Hocke, ½ Drehung, aufrichten, Nachstellsprung, Pferdchensprung, Grätschwinkelsprung als Abgang in den Stand.	13
T 4	Balken 80 cm : Hockwende auf den Balken, 2 Schritte vorw. mit Vorspreizen, ½ einbeinige Drehung, Strecksprung, Hocksprung, Anlauf und Radwende als Abgang.	14
T 5	Balken 80 cm : Aus dem Stand aufhocken, auf den Balken, aufrichten mit ¼ Drehung, Pferdchensprung, zwei Schritte, Standwaage, ½ Drehung einbeinige, flüchtiger Handstand, 1-2 Schritte, Spreizsprung, Anlauf und Radwende als Abgang.	15

<b>Leichtathletik</b>	Altersstufe	je 3 Versuche	
		Sprint	Weitsprung    Wurf/Stoß
	6-7	30 m	Abspr.Zone    80g
	8-9	30 m	Abspr.Zone    80g
	10-11	50 m	Abspr.Zone    80g
	12-13	50 m	Balken        80g
	14-15	75 m	Balken        w-3 kg / m-4 kg
	16-17	75 m	Balken        w-4 kg / m-5 kg

Wertungsgrundlage für die Leichtathletik ist die 1000 Punkte Tabelle des DLV.

[www.ntbwelt.de/helmstedt](http://www.ntbwelt.de/helmstedt)