

# Fachbereich **Gymnastik/Tanz im NTB** **2025**

## ***NTB-Dance-Cup***

Ein Wettbewerb für Anfänger- und Einsteigergruppen  
im Bereich Dance

## ***NTB-GymTa-Cup***

Ein Wettbewerb für Anfänger- und Einsteigergruppen  
im Bereich Gymnastik und Tanz

**Informationen und Reglement**

# 1. Allgemeine Bestimmungen

Bitte beachten:

„Bei Aufführungen von Choreografien, Musiken und Texten, die Komponenten beinhalten, die Hinweise darauf geben, dass gegen geltendes Recht der Bundesrepublik Deutschland verstoßen wird (z.B. Gleichstellungsgesetz, StGB, Jugendschutzgesetz), erfolgt der sofortige Abbruch der Übung/des Tanzes durch die Wettkampfleitung und die Disqualifizierung der Gruppe.“

Dieses Reglement ist immer in Zusammenhang mit der aktuell gültigen Ausschreibung zu sehen. Im Zweifelsfall hat die Ausschreibung Vorrang.

## Altersklassen

<b>Altersklasseneinteilung – alle Angaben verstehen sich inkl. Ersatz</b>	
<b>Kinder</b> 6 – 9 Jahre	25% dürfen älter sein
<b>Jugend I</b> 10 – 13 Jahre	25% dürfen jünger oder älter sein
<b>Jugend II</b> 14 – 17 Jahre	2 Gruppenmitglieder dürfen jünger oder älter sein
<b>18+</b> = 18 Jahre und älter	2 Gruppenmitglieder dürfen jünger sein
<b>30+</b> = 30 Jahre und älter	2 Gruppenmitglieder dürfen jünger sein
<b>40+</b> = 40 Jahre und älter	2 Gruppenmitglieder dürfen jünger sein
<b>50+</b> = 50 Jahre und älter	2 Gruppenmitglieder dürfen jünger sein
<b>Freie Altersklasse</b>	Gruppenmitglieder ab 12 Jahren

## Gruppenstärke

Die Gruppenstärke kann zwischen 6 und 16 TeilnehmerInnen variieren. Gruppen, die die jeweilige Mindestteilnehmerzahl unterschreiten bzw. die Maximalzahl der TeilnehmerInnen überschreiten, können nicht zugelassen werden.

Pro Gruppe dürfen max. 2 Ersatztänzerinnen bzw. –gymnastinnen gemeldet und ohne Angabe von Gründen eingesetzt werden. Die Anzahl der Gruppenmitglieder in **GymTa** muss bei der Gymnastik und beim Tanz identisch sein.

## Startberechtigung

Es können alle interessierten Gruppen niedersächsischer Sportvereine teilnehmen. Die Teilnahme von Gruppen anderer LTVs regelt die jeweilige Ausschreibung. Es sind **keine** Startpässe, IDs o.ä. erforderlich.

## Startreihenfolge

Die Startreihenfolge wird nach Meldeschluss ausgelost und allen teilnehmenden Gruppen per Mail zugesendet.

## Meldung

Das Meldeverfahren richtet sich nach der jeweils aktuell gültigen Ausschreibung.

## Wettkampffläche/Ersatzgeräte

Die Wettkampffläche beträgt **16 Meter x 16 Meter**. Darüber hinaus ist ein Sicherheitsabstand von 2 Metern um die Wettkampffläche zu gewährleisten, in dem keine Gegenstände aufgestellt werden dürfen. Die Linie gehört zur Wettkampffläche. Bei Übertretungen erfolgt ein Abzug.

Während der Gymnastikübung dürfen je Gruppe **drei** Ersatzgeräte im Sicherheitsabstand an der Fläche liegen. 2 Keulen = ein Handgerät. Die Geräte sind direkt nach der eigenen Übung aus dem Sicherheitsabstand zu entfernen.

## Musiklänge/Übungs- und Tanzlänge

Die Zeiten für die Gymnastik-Übung bzw. beim Tanz/Dance liegen jeweils **zwischen 2:15 und 3:30**. Die Zeitmessung beginnt mit der ersten und endet mit der letzten Bewegung der Tänzerin/Gymnastin. Bei Über- oder Unterschreitung der Zeit erfolgt ein Abzug. Bei 3:45 wird die Musik abgestellt.

Für jeden Tanz/ jede Übung wird ein separater Tonträger (USB-Stick, CD oder Download im Vorfeld, näheres regelt die jeweils gültige Ausschreibung) benötigt. Die Musik muss in guter Qualität aufgenommen sein und darf nur die jeweilige Wettkampfmusik enthalten. Für jede Musik muss ein Ersatz-Tonträger während des Wettkampfes vor Ort direkt greifbar sein. Die Tonträger sind mit Gruppenname, Verein und bei Bedarf mit der Disziplin (Gymnastik/Tanz) zu kennzeichnen. Ein zweimaliger Beginn der Übung/des Tanzes ist nicht gestattet, in Ausnahmefällen (höhere Gewalt) entscheidet die Wettkampfleitung.

### **Bekleidung/Schuhe**

Die Bekleidung (incl. Kopfschmuck) muss so gewählt werden, dass die Bewegungen aller Gruppenmitglieder gut erkennbar bleiben und sollte passend zur jeweiligen Aufführung sowie Alters- und Gruppenstruktur gewählt werden.

Große Schmuckelemente sind wegen Verletzungsgefahr verboten. Piercings müssen abgeklebt bzw. – wenn möglich – entfernt werden.

### **Ergebnisse**

Innerhalb der verschiedenen Altersstufen erhält jede Gruppe eine Platzierung entsprechend ihrer erreichten Punktzahl.

**Einsprüche gegen die Wertungen sind nicht zugelassen!**

## **2. Fachliche Bestimmungen**

### **Mindestanforderung**

Es gibt keine Mindestanforderungen.

**Zu beachten ist allerdings, dass die von der Formation gezeigten Bewegungsformen (siehe Punkt 3 Wertungskriterien) von **allen** Mitgliedern **gleichzeitig** oder **direkt nacheinander** getanzt/geturnt werden müssen, um angerechnet zu werden!**

### **Gerätetechnische Anforderungen in den Gymnastikübungen**

Jedes Gruppenmitglied arbeitet grundsätzlich mit einem Handgerät. Es ist möglich, dass eine oder mehrere Gymnastinnen **kurzzeitig** ohne Handgerät turnen. Eine ausgewogene Arbeit mit der rechten und der linken Hand ist obligatorisch.

Wird in der Gymnastikübung von GymTa eine Gerätekombination aus zwei verschiedenen Handgeräten gewählt, erhält die Gruppe einen Bonus von 0,5 Punkten in der D-Note (2 Keulen sind ein Handgerät!). Bei den Gerätetechniken wird zwischen Haupt- und Nebengruppen unterschieden, die alle in den Übungen enthalten sein sollten.

<b>Handgerät</b>	<b>Hauptgruppe</b>	<b>Nebengruppe</b>
Ball	Werfen/Fangen Aktives Prellen Freies Rollen am Körper und am Boden Achterbewegungen	Schwünge, Balancieren, Handling (z.B. geführtes Rollen am Körper, passives Prellen, Ball um Hand winden usw.)
Band	Werfen/Fangen Schlangen, Spiralen, Zugwurf, Echappé	Handling (z.B. Schwünge, Achterbewegungen) Rotation des Bandstabes um die Hand Einwickeln/auswickeln Bewegung des Bandes um ein Körperteil Spiralen/Schlangen auf dem Boden oder um Bandstab Rollen des Bandstabes Passage durch/über die Bandzeichnung
Keulen	Werfen/Fangen Kreisen, Mühlhandkreisen Asymmetrie	Handling (z.B. Schlagen, Schwünge, Rollen) Kleine Würfe der verbundenen Keulen

Reifen	Werfen/Fangen Rollen am Körper, Rollen am Boden Kreisen	Passagen durch den Reifen und über den Reifen Rotation um die eigene Achse Handling (z.B. Schwünge, Zwirbeln)
Seil	Werfen/Fangen Sprünge und Hüpfen durch das Seil Kreisen	Lösen/Fassen Handling (z.B. Schwünge, Achterbewegungen Umwickeln von Körperteilen)

### Verbotene Elemente

Folgende Elemente sind aus gesundheitlichen Gründen (linke Spalte) nicht empfehlenswert und daher in den Übungen nicht erlaubt. Akrobatische Elemente (rechte Spalte) sind ebenfalls verboten. Sollten sie im Wettkampf dennoch gezeigt werden, erfolgt ein Punktabzug. Technikfehler werden zusätzlich in der E-Note abgezogen. **Hebungen sind erlaubt.**

<b>Extreme Rückbeugen und Übungen mit deutlicher Belastung der Lenden- und der Halswirbelsäule</b>	<b>Akrobatische Elemente</b>
Wie <u>zum Beispiel</u> : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bruststand</li> <li>• Brücke</li> <li>• Rückbeuge</li> <li>• Sprung mit Rückbeuge</li> <li>• Sprung mit Ring</li> </ul>	Wie <u>zum Beispiel</u> : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Flugrolle</li> <li>• Überschlag vw/rw</li> <li>• Kippen</li> <li>• Flic Flac</li> <li>• Salto</li> </ul>

## 3. Wertungskriterien

### Bewertung

Die Bewertung ist untergliedert in eine C- (Choreografie), eine D- (Schwierigkeiten) und eine E-Note (Umsetzung/Ausführung). Es werden neben den speziellen Anforderungen in den körper- und gerätetechnischen Schwierigkeiten u.a. auch die allgemeine Choreografie, die Kreativität sowie der Musikeinsatz und deren Umsetzung bewertet. Darüber hinaus erfolgt eine Bewertung der technischen Ausführung, der Synchronität und Harmonie sowie der Präsentation.

### 1. D-Note (Komposition/Inhalt)

	<b>Gymnastik (GymTa) Wert in Punkten</b>	<b>Tanz und Dance Wert in Punkten</b>
Bewegungsformen wie Sprünge, Drehungen, Beweglichkeit, Stände (jede Bewegungsform 0,3 Punkte) <b>Für Gymnastik:</b> Tanzschrittkombination (max. 3 mit 0,3 P.), Gerätewechsel (jeder Wechsel 0,2 Punkte – maximal 1,00)	4,00	3,00
Risiko/verdecktes W/F	0,50	---
Bonus 2 verschiedene HG	0,50	---
Gesamt:	5,00	3,00

### **Körpertechnische Bewegungsformen**

Die körpertechnischen Bewegungsformen müssen von allen Gruppenmitgliedern gleichzeitig oder direkt nacheinander gezeigt werden. Eine Anerkennung erfolgt, wenn die Bewegungsform von 2/3 der Gruppenmitglieder in technisch korrekter Ausführung gezeigt wird. In der Gymnastik wird die Bewegungsform auch ohne Handgeräteelemente gewertet, allerdings erfolgt dann ein Abzug für Statik in

der E-Note. Jede spezielle Bewegungsform kann einmal einzeln und einmal in Kombination mit einer anderen Bewegungsform gezeigt werden. Die Kombination aus zwei Bewegungsformen gibt 0,1 P. Bonus. Der Schwierigkeitskatalog des DTB findet bei diesem Wettkampf **KEINE** Anwendung!

### Wechsel der Handgeräte

Die Wechsel müssen von allen Gruppenmitgliedern gleichzeitig oder unmittelbar hintereinander gezeigt werden. Eine Anerkennung erfolgt, wenn 2/3 der Gruppe den Wechsel verlustfrei ausführen.

## 2. C-Note (Choreografie) – Maximalwert 10,00 Punkte, sowohl für Dance/Tanz als auch für Gymnastik

Die C-Note ergibt sich aus den Abzügen bei Fehlern in folgenden Kategorien:

Charakter der Bewegung	Körper- und Gesichtsausdruck	Körper- und Handgeräteeffekte
Raumausnutzung	Einheit	Verbindungen
Rhythmus	Formationen	Zusammenarbeit
Variationen in der Handgerätetechnik	Spezifische Tanzschritte (D/T)	Körperaufbauten/Hebungen
Variationen in der Körpertechnik	Anfangs- und Schlussposition	

Zur Erläuterung der einzelnen Positionen sei auf die aktuelle Broschüre des DTB verwiesen: „Arbeitsgrundlage für Kampfrichter\*innen der Wettkämpfe [...] Gymnastik und Tanz, DTB-Dance“.

[2025\\_Arbeitsgrundlage\\_Kari\\_GYM.pdf](https://www.dtb.de/fileadmin/user_upload/dtb.de/Sportarten/Gymnastik_Tanz/PDFs/2025/Kampfrichter/2025_Arbeitsgrundlage_Kari_GYM.pdf)

([https://www.dtb.de/fileadmin/user\\_upload/dtb.de/Sportarten/Gymnastik\\_Tanz/PDFs/2025/Kampfrichter/2025\\_Arbeitsgrundlage\\_Kari\\_GYM.pdf](https://www.dtb.de/fileadmin/user_upload/dtb.de/Sportarten/Gymnastik_Tanz/PDFs/2025/Kampfrichter/2025_Arbeitsgrundlage_Kari_GYM.pdf))

### Hinweise:

- Gruppenarbeit = mehr als 2 TänzerInnen/Gymnastinnen
- Bei Partner-/Gruppenarbeit darf kein Mitglied isoliert sein
- Stimmiger Einbau der Partner-/Gruppenelemente (stören die Auf- und Abbauphasen...), den Altersstufen angemessen?

## 3. E-Note (technische Ausführung) – Maximalwert 10,00 Punkte, sowohl für Dance/Tanz als auch für Gymnastik

Fehler werden eingeteilt in kleine, mittlere und große Fehler: Abzüge 0,1, 0,2 und 0,3 Punkte. Ausführungsabzüge erfolgen grundsätzlich bei jedem Fehler entsprechend den unteren Abzugstabellen für die Gruppe (unabhängig von der Anzahl der TN, die den Fehler begangen haben). Abzüge für jede einzelne Gymnastin/Tänzerin sind gesondert ausgewiesen.

### Fehlerkatalog Technik der Körperbewegungen

Körpertechnik	Kleiner Fehler - 0,1 P.	Mittlerer Fehler - 0,2 P.	Großer Fehler - 0,3 P.
Grundtechnik	Unkorrekte Haltung der Hände, Arme, Füße oder Beine, fehlerhafter Rumpf- und Schultereinsatz unkorrekte Spannung, Streckung, Bewegungsweite		
Statik	Statik des Körpers		
Stände/ Balancen	Gleichgewichtsverlust mit zusätzlicher Bewegung ohne Fortbewegung	Gleichgewichtsverlust mit Abstützen auf eine Hand, beide Hände oder auf das Handgerät ( <b>je Gymnastin/Tänzerin</b> )	Sturz ( <b>je Gymnastin/Tänzerin</b> )
	Unkorrekte Form mit kleiner Abweichung	Unkorrekte Form mit mittlerer Abweichung	Unkorrekte Form mit großer Abweichung

Drehungen	Unkorrekte Form mit kleiner Abweichung	Unkorrekte Form mit mittlerer Abweichung	Unkorrekte Form mit großer Abweichung
	Gleichgewichtsverlust mit zusätzlicher Bewegung ohne Fortbewegung	Gleichgewichtsverlust am Ende der Drehung mit Platzveränderung ( <b>je Gymnastin/Tänzerin</b> )	Sturz ( <b>je Gymnastin/Tänzerin</b> )
Sprünge	Unkorrekte Form mit kleiner Abweichung	Unkorrekte Form mit mittlerer Abweichung	Unkorrekte Form mit großer Abweichung
	Mangelnde Höhe und/oder schwerfällige Landung		
	Gleichgewichtsverlust mit zusätzlicher Bewegung ohne Fortbewegung	Gleichgewichtsverlust mit Abstützen auf eine Hand, beide Hände oder auf das Handgerät ( <b>je Gymnastin/Tänzerin</b> )	Sturz ( <b>je Gymnastin/Tänzerin</b> )
Beweglichkeit	Schwerfällige Landung		
	Mangelnde Beweglichkeit/Hüftwinkel		
	Unvollständige Wellbewegung		
Bewegungsablauf	Kurzfristige Unsicherheit		Black-out ( <b>je Gymnastin/Tänzerin</b> )
Zusammenstoß	Zusammenstoß zwischen Personen		
Formation/ Synchronität	Ungenauere Linie(n) innerhalb der Formation		
	Fehlende Synchronität zwischen individueller Bewegung und der Gruppe		

### Fehlerkatalog Technik mit den Handgeräten

Geräteverluste	Kleiner Fehler 0,1 P.	Mittlerer Fehler 0,2 P.	Großer Fehler 0,3 P.
	Verlust und Wiederaufnahme des HG ohne Platzveränderung oder nach 1 bis 2 Schritten ( <b>je Gymnastin</b> )	Verlust und Wiederaufnahme nach 3 bis 4 Schritten ( <b>je Gymnastin</b> )	Verlust und Wiederaufnahme nach großer Platzveränderung (5 Schritte und mehr) oder nach langer Unterbrechung ( <b>je Gymnastin</b> )
	Ungenauere Flugbahn und fangen im Flug maximal 1 bis 2 Schritten ( <b>mehr als eine Person 0,2</b> )	Ungenauere Flugbahn und fangen im Flug mit 3 oder mehr Schritten ( <b>mehr als eine Person 0,3</b> )	
	Ungewollter Körperkontakt mit kurzer Übungsunterbrechung ( <b>je Gymnastin</b> )	Ungewollter Körperkontakt mit deutlicher Übungsunterbrechung ( <b>je Gymnastin</b> )	
	Unkorrekte Aufnahme des Handgeräts mit sofortiger Korrektur	Unkorrekte Aufnahme des Handgeräts mit Körperkontakt und Übungsunterbrechung	
	Unkorrekte Aufnahme des Handgerätes mit Hilfe des Körpers		
<b>Zusammenstoß</b>	Zusammenstoß zwischen HGen		
<b>Statik</b>	Statik des HG		

Ball	Kleiner Fehler 0,1 P.	Mittlerer Fehler 0,2 P.	Großer Fehler 0,3 P.
Grundtechnik	Unkorrekte Handhabung in Weite, Form oder Arbeitsebene		

	Ball wird gegen Unterarm gestützt		
Rollen	Unkorrektes Rollen mit Prellen		
	Unabsichtliches, unvollständiges Rollen über den Körper		

<b>Band</b>	<b>Kleiner Fehler 0,1 P.</b>	<b>Mittlerer Fehler 0,2 P.</b>	<b>Großer Fehler 0,3 P.</b>
Grundtechnik	Unkorrekte Handhabung in Weite, Form oder Arbeitsebene		
	Unkorrekte Verbindung zwischen den Bandzeichnungen		
	Ungenau Passage/Übergabe		
	Ein kleiner Teil des Bandendes liegt ungewollt auf dem Boden während der Bandzeichnung, Würfeln, Echappés etc.	Ein großer Teil des Bandendes liegt ungewollt auf dem Boden während der Bandzeichnung, Würfeln, Echappés etc.	
Schlangen Spiralen	Schlangen oder Spiralen sind nicht genügend eng in Höhe und Weite		
Sonstiges	Ungewolltes Einwickeln des Körpers oder eines Körperteils mit kurzer Unterbrechung der Übung ( <i>je Gymnastin</i> )	Ungewolltes Einwickeln des Körpers oder eines Körperteils mit längerer Unterbrechung der Übung ( <i>je Gymnastin</i> )	
	Knoten ohne Unterbrechung der Übung ( <i>je Gymnastin</i> )	Knoten mit Unterbrechung der Übung ( <i>je Gymnastin</i> )	

<b>Keulen</b>	<b>Kleiner Fehler 0,1 P.</b>	<b>Mittlerer Fehler 0,2 P.</b>	<b>Großer Fehler 0,3 P.</b>
Grundtechnik	Unkorrekte Handhabung in Weite, Form oder Arbeitsebene		
Kleine Kreise/ Mühlhandkreisen	Unregelmäßige Bewegungen oder Unterbrechung der Bewegung bei kleinen Kreisen		
	Arme zu weit auseinander während Mühlhandkreisen		

<b>Reifen</b>	<b>Kleiner Fehler 0,1 P.</b>	<b>Mittlerer Fehler 0,2 P.</b>	<b>Großer Fehler 0,3 P.</b>
Grundtechnik	Unkorrekte Handhabung in Weite, Form oder Arbeitsebene		
Rollen	Unkorrektes Rollen mit Aufprellen		
	Unabsichtliches, unvollständiges Rollen über den Körper		
Rotationen	Ungenau Rotationsachse des Reifens mit Platzveränderung		
	Gleiten auf dem Arm während der Rotation		
Passagen durch den Reifen	Fuß bleibt im Reifen hängen ( <i>je Gymnastin</i> )		

<b>Seil</b>	<b>Kleiner Fehler 0,1 P.</b>	<b>Mittlerer Fehler 0,2 P.</b>	<b>Großer Fehler 0,3 P.</b>
Grundtechnik	Unkorrekte Handhabung in Weite, Form oder Arbeitsebene		
	Seil nicht an den Enden gehalten		
Sonstiges	Verlust eines Seilendes mit kurzer Unterbrechung der Übung <b>(je Gymnastin)</b>		
	Fuß bleibt im Seil hängen während eines Sprungs oder Hüpfers <b>(je Gymnastin)</b>		
	Knoten im Seil <b>(je Gymnastin)</b>	Knoten im Seil mit Übungsunterbrechung <b>(je Gymnastin)</b>	
	Unabsichtliches Einwickeln um den Körper oder einem Körperteil mit kurzer Übungsunterbrechung <b>(je Gymnastin)</b>	Unabsichtliches Einwickeln um den Körper oder einem Körperteil mit längerer Übungsunterbrechung <b>(je Gymnastin)</b>	

### Assistentenabzüge

Gelten sowohl für Dance als auch für GymTa

<b>1</b>	Ein- bzw. Ausmarsch zu lang	0,50 P.
<b>2</b>	Zu frühes/spätes Erscheinen/Beginnen	0,50 P.
<b>3</b>	Zeitüber- und Unterschreitung	0,05 pro Sek.
<b>4</b>	Unkorrekter Tonträger	0,20 P.
<b>5</b>	Zweimaliger Beginn ohne techn. Defekt (in Absprache mit Wettkampfleitg.)	1,00 P.
<b>6</b>	Ersatztonträger bei Bedarf nicht unmittelbar verfügbar	0,50 P.
<b>7</b>	Verlieren von Bekleidung, Schmuckelementen, Dekoration... (je Teil)	0,20 P.
<b>8</b>	Tragen von großen Schmuckelementen, Dekoration – pauschal	0,20 P.
<b>9</b>	Kaugummikauen etc. während der Übung (je Tänzerin/Gymnastin)	0,20 P.
<b>10</b>	Zusätzliches Handgerät an der Fläche	0,50 P. pro Gerät
<b>11</b>	Ersatzgerät an der Fläche vergessen wegzuräumen 1 x Abzug	0,50 P.
<b>12</b>	Verwendung eines Ersatzgerätes, wenn defektes/verlorenes Handgerät noch auf der Fläche liegt	0,50 P.
<b>13</b>	Gruppenstärke bei Gymnastik und Tanz nicht identisch	1,00 P.
<b>14</b>	Verbotenes Element (je Element)	0,20 P.
<b>15</b>	Unästhetisches Element (je Element)	0,20 P.
<b>16</b>	Berühren des Bodens außerhalb der Wettkampffläche (je Tänzerin/Gymnastin/Handgerät)	0,10 P.
<b>17</b>	Die Tänzerin/Gymnastin verlässt die Fläche, tanzt/turmt außerhalb weiter und kommt dann erst wieder auf die WK-Fläche zurück	0,50 P.
<b>18</b>	Verlassen der Wettkampffläche ohne Rückkehr je Tänzerin/Gymnastin	1,00 P.
<b>19</b>	Kommunikation während der Übung zwischen Gruppe und TrainerIn	1,00 P.
<b>20</b>	Verwendung von Requisiten aller Art - pauschal	1,00 P.