

# NiNa-Programm

## Niedersächsisches Nachwuchs Programm Sportakrobatik (D-Klasse)

### Ziele und Absichten

---

- Einführung der noch unerfahrenen und jungen Sportler in die Partnerakrobatik und das Bodenturnen
- für Sportler, für welche der DSAB-Nachwuchs-Katalog noch zu schwierig ist oder für die sich keine Zusammenstellungen mit passendem Alter usw. finden lassen
- Nahtloser Übergang in die C-Klasse (DSAB NKL1 / NKL2) möglich
- Möglichkeit, erste Wettkampferfahrungen zu sammeln (z.B. "NiNa-Cup")
- *Erleichterungen im Trainingsbetrieb:*
  - bei großen Gruppen können die Kinder selbständig nach den Blättern üben
  - *Leistungsstandkontrolle für den Trainer*
  - *es müssen keine individuellen Küren für eine Formation erarbeitet werden, da Pflichtübungen vorgegeben sind*

### Regeln und Umsetzung

---

#### Altersvorgaben und Startberechtigung

- Altersmax. 16 Jahre - Keine Beschränkungen in der Altersdifferenz
- Startberechtigt sind alle Sportler, die noch nie an einer Landesbestenermittlung teilgenommen haben. Ausnahme: Einzelstarter einer Landesbestenermittlung können in Gruppierungen mit mind. einem "neuen" Partner teilnehmen.
- Generell nicht startberechtigt sind Sportler, die bereits auf Landesebene in der B- oder A-Klasse gestartet sind!

#### Programmstruktur




- Das Programm besteht für zwei Disziplinen (Paare und Gruppen) ohne geschlechtliche Vorgaben; je Disziplin gibt es eine Grund- und eine Aufbaustufe.
- *Jede Stufe beinhaltet:*
  - 6 Zeilen mit je 5 Partnerelementen mit steigender Schwierigkeit (0,2-1,0)*
  - 2 Zeilen mit je 5 individuellen Elementen mit steigender Schwierigkeit (0,2-1,0)*
  - 4 Zeilen choreographischer / individueller Pflichtreihen mit fester Schwierigkeit (0,5)*
- Ein nahtloser Übergang von der Grund- in die Aufbaustufe, sowie von der Aufbaustufe in die C-Klasse ist dadurch gewährleistet, dass die jeweils schwersten Elemente (1,0) einer Stufe das leichteste Element (0,2) der Folgestufe bilden, bzw. in der Aufbaustufe dann Elemente aus dem DSAB-Katalog sind.

### Durchführung

---

Je Stufe soll eine vorgegebene Pflichtübung gezeigt werden.

- Wahlweise mit oder ohne musikalische Begleitung.
- Die Pflichtübung der Grundstufen soll entlang einer 12m Bodenmatte gezeigt werden; die Aufbaustufen dürfen die Wege auf einer 12x12m Bodenfläche frei wählen (bewertungsirrelevant; es kann auch auf einer einzelnen Matte geturnt werden!)
- Die Reihenfolge der Wahlelemente sowie choreographisch-individueller Pflichtreihen ist festgelegt!

- Je Zeile muss ein Element gezeigt werden; bei individuellen Elementen können die einzelnen Partner pro Zeile Unterschiedliche zeigen.
- *In den choreographisch-individuellen Pflichtreihen können die Partner ebenfalls unterschiedliche IE wählen.*
- Schräg geteilte Kästchen: "oder". Eines der Elemente ist auszuwählen.
- Folgende Posen dürfen ausgetauscht werden:  =  = 
- *Handstände sollen wie gezeichnet ausgeführt werden!*

## Wettkampf & Bewertung

Die Abgabe der Übungsblätter an den DJ erfolgt unmittelbar vor Wettkampfbeginn.

Auszufüllen sind der Kopf (Namen, Datum, WK) und die Kennzeichnung der Elemente (einkreisen!).

Werden unterschiedliche IE gezeigt, sind diese zusätzlich mit der Anzahl der Partner zu versehen ("1x" / "2x" ...)

Jeder teilnehmende Verein stellt einen Kampfrichter!

- Schwierigkeit  
Es kann pro Stufe eine maximale Schwierigkeit von 10,0 Punkten erreicht werden.  
Die Schwierigkeit 0,2-1,0 steht über der jeweiligen Spalte.  
Bei (unterschiedlichen) individuellen Elementen werden die Werte addiert und durch die Anzahl der Partner geteilt (*ausgenommen die choreographisch-individuellen Pflichtreihen*).
- Ausführung & artistischer Aspekt  
Die Kampfrichter nehmen ihre Abzüge von 10 Punkten vor.  
Es wird keine separate Artistiknote gestellt; jedoch soll der artistische Aspekt (Amplitude, Pausen, Zögern, *Selbständigkeit*, etc.) mit in die Bewertung einfließen.
- Abzüge  
Der DJ erteilt Zeitfehler (0,3) und Folgerichtigkeitsfehler (0,3). *Beim Auslassen einer Zeile wird zusätzlich der entsprechende Schwierigkeitswert abgezogen.* Von weiteren Strafen wird abgesehen!
- Berechnung

Schwierigkeit	+	Ausführung x2	-	Strafe	=	Endwert
max. 10,0		max. 10,0 x 2			=	max. 30,0

- Prädikate
- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| "erfolgreich"   | 0 - 15,9 Punkte  |
| "gut"           | 16 - 19,9 Punkte |
| "sehr gut"      | 20 - 22,9 Punkte |
| "ausgezeichnet" | 23 - 24,9 Punkte |
| "meisterhaft"   | 25 - 30 Punkte   |

Die Sportler in diesem Leistungsbereich sollen nicht durch ggf. schlechte Platzierungen demotiviert werden. Entsprechend werden

- die erreichten Punktzahlen nicht öffentlich mitgeteilt!
- keine Platzierungen vergeben, sondern die o.g. Prädikate!

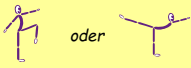
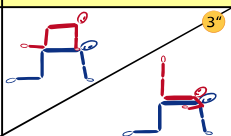
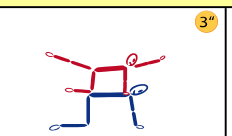
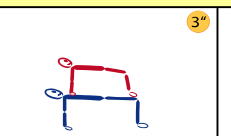
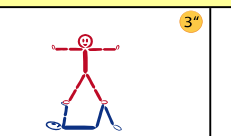
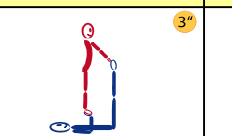



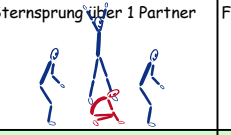
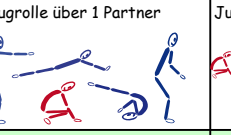
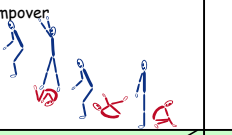


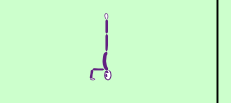

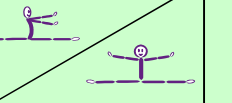
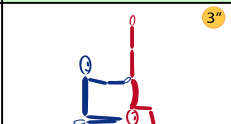
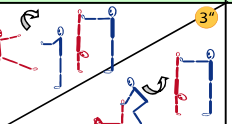
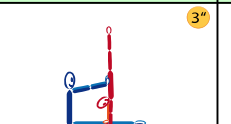
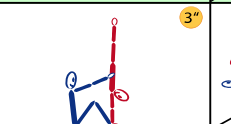
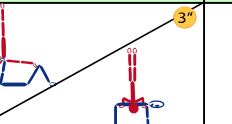
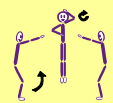
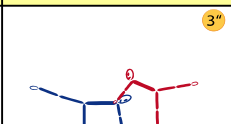
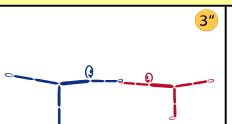

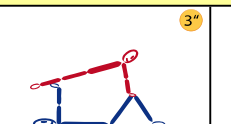
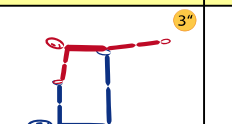

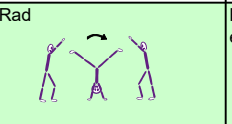
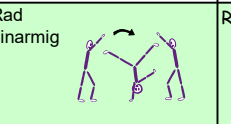
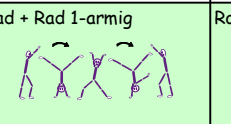
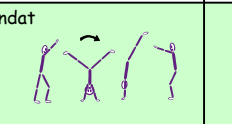
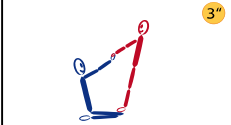

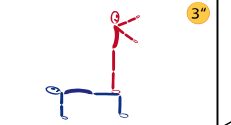
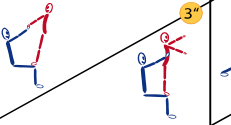
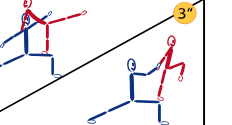

Jeder Sportler erhält eine Urkunde.

# Grundstufe Paare

Namen: \_\_\_\_\_

Datum, Wettkampf \_\_\_\_\_

Verein \_\_\_\_\_

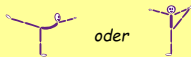
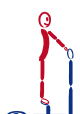





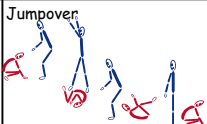
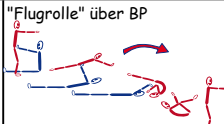
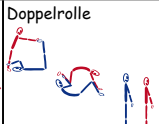






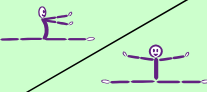
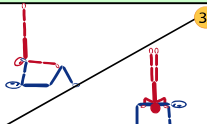
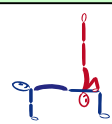

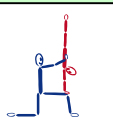

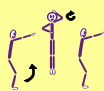
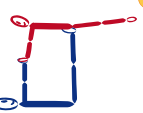

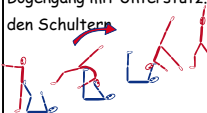
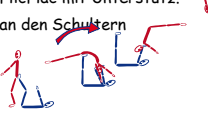


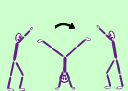
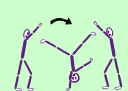

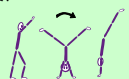
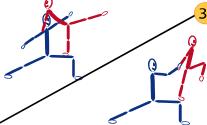
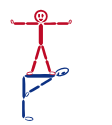
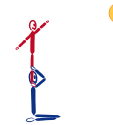
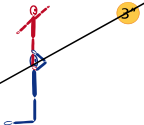
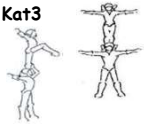
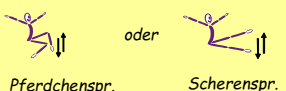





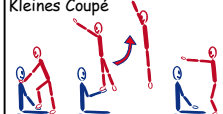
	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	
Choreo	<b>Schritt, 2x anspreizen, schließen zum Stand - Standwaage</b> 					0,5
E1						
Choreo	<b>Bauchlage; "Schiffchen" drehen; aus Bauchlage zurückziehen, aufstehen;</b>  <b>2x seitliches Chaussee mit Seitenwechsel und mitschwingenden Armen</b>					0,5
E2	aus dem Stand zurückrollen in die flüchtige Kerze und wieder vorrollen in den Stand 	Rolle vv mit unterst. Strecksprung 	Sternsprung über 1 Partner 	Flugrolle über 1 Partner 	Jumpover 	
Indi Kat.1						
E3						
Choreo	<b>Schritt - Hüpfen vorw. auf beide Füße - Strecksprung mit 180°</b> 					0,5
E4						
Indi Kat.2	Aufschwingen zum flüchtigen geschlossenen Handstand und wieder zurück 	Rad 	Rad einarmig 	Rad + Rad 1-armig 	Rondat 	
E5						
Choreo	<b>Chaussee Sprung und Rolle</b> 					0,5
E6	0,2 Wahlelement!	0,4 Wahlelement!	0,6 Wahlelement!	0,8 Wahlelement!	1,0 Wahlelement!	

# Aufbaustufe Paare

Namen: \_\_\_\_\_

Datum, Wettkampf \_\_\_\_\_

Verein \_\_\_\_\_

	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	
Choreo	Schritt, 2x anspreizen, schließen zum Stand - Standwaage 					0,5
E1		3" durchhocken über flüchtiges Päckchen 	3" 	3" 	3" Balance Kat1 z.B. 	
Choreo	Bauchlage; "Schiffchen" drehen; aus Bauchlage zurückziehen, aufstehen;  2x seitliches Chaussee mit Seitenwechsel und mitschwingenden Armen					0,5
E2	Jumpover 	"Flugrolle" über BP 	Doppelrolle 	Bocksprung mit anschl. Rolle beider Partner 	Dynamik z.B. 	
Indi Kat.1						
E3	3" 	3" 	3" 	3" 	Balance Kat2 z.B. 	
Choreo	Schritt - Hüpfen vorw. auf beide Füße - Strecksprung mit 360° 					0,5
E4	3" 	3" 	Bogengang mit Unterstütz. an den Schultern 	FlicFlac mit Unterstütz. an den Schultern 	Dynamik z.B. 	
Indi Kat.2	Aufschwingen zum flüchtigen geschlossenen Handstand und wieder zurück 	Rad 	Rad einarmig 	Rad + Rad 1-armig 	Rondat 	
E5	3" 	3" 	3" 	3" 	Balance Kat3 z.B. 	
Choreo	Chaussee Sprung und Rolle  Pferdchenspr. oder Scherenspr. und  kl. Rolle rückwärts oder Flugrolle					0,5
E6	Unterstützter Strecksprung ohne Lösen 	Unterst. Streckspr. + Sternspr. ohne Lösen 	Streckspr. mit Lösen! 	Kleines Coupé ohne Lösen 	Kleines Coupé 	

# Grundstufe Gruppen

Namen:

Datum, Wettkampf

---



---



---

Verein

---



---



---

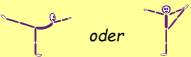
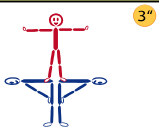



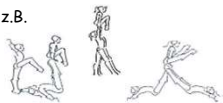



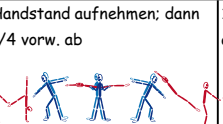






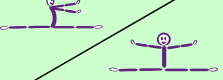
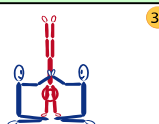
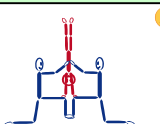
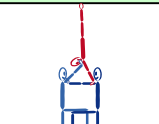
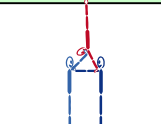

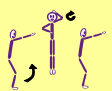
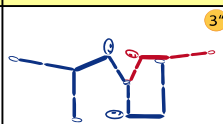
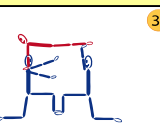
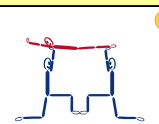



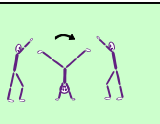
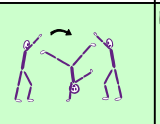
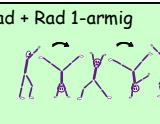
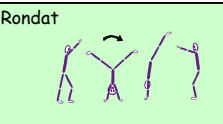
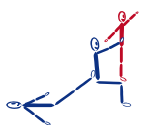

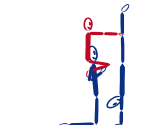
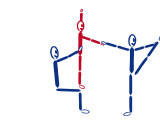



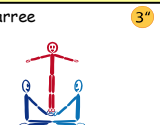


	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	
Choreo	Schritt, 2x anspreizen, schließen zum Stand - Standwaage oder					0,5
E1						
Choreo	Bauchlage; "Schiffchen" drehen; aus Bauchlage zurückziehen, aufstehen;  2x seitliches Chaussee mit Seitenwechsel und mitschwingenden Armen					0,5
E2	1 Partner: aus dem Stand zurückrollen in die flüchtige Kerze und wieder vorrollen in den Stand 	2x Hockwende 	Rolle vw mit unterstütztem Strecksprung 	Rolle vw in die Rückenlage; vorschaukeln und zurückstellen 	aus dem Stand in die Schaukel springen; vor- u. zurückstellen 	
Indi Kat.1						
E3						
Choreo	Schritt - Hüpfen vorw. auf beide Füße - Strecksprung mit 180° 					0,5
E4						
Indi Kat.2	Aufschwingen zum flüchtigen geschlossenen Handstand und wieder zurück 	Rad 	Rad einarmig 	Rad + Rad 1-armig 	Rondat 	
E5						
Choreo	Chaussee Sprung <u>und</u> Rolle Sternspr., oder  Pferdchenspr. <u>und</u> kl. Rolle vorwärts oder  kl. Rolle rückwärts					0,5
E6	0,2 Wahlelement!	0,4 Wahlelement!	0,6 Wahlelement!	0,8 Wahlelement!	1,0 Wahlelement!	

# Aufbaustufe Gruppen

Namen: \_\_\_\_\_

Datum, Wettkampf \_\_\_\_\_

Verein \_\_\_\_\_

	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	
Choreo	Schritt, 2x anspreizen, schließen zum Stand - Standwaage 					0,5
E1					Balance Kat 1 oder 2 z.B. 	
Choreo	Bauchlage; "Schiffchen" drehen; aus Bauchlage zurückziehen, aufstehen;  2x seitliches Chaussee mit Seitenwechsel und mitschwingenden Armen					0,5
E2	aus dem Stand in die Schaukel springen; vor- u. zurückstellen 	Anlauf auf die Arme springen 	Handstand aufnehmen; dann 1/4 vorw. ab 	1/4 rückw. auf Arme; Kurbet ab 	Dynamik z.B. 	
Indi Kat.1						
E3					Balance Kat1 z.B. 	
Choreo	Schritt - Hüpfen vorw. auf beide Füße - Streck sprung mit 360° 					0,5
E4				Bauch- oder Rückenlage; 0° 	Dynamik z.B. 	
Indi Kat.2	Aufschwingen zum flüchtigen geschlossenen Handstand und wieder zurück 	Rad 	Rad einarmig 	Rad + Rad 1-armig 	Rondat 	
E5					Balance Kat3 z.B. 	
Choreo	Chaussee Sprung <u>und</u> Rolle 					0,5
E6	Unterstützter Streck- und Hocksprung in Folge 	tiefes Carree 	aus dem tiefen ins halbhohes Carree 	Strecksprung vom halbhohen Carree 	Dynamik z.B. 