



Mit Spaß beim

2. Landes



inderturnfest

Bremen

19. Juni 2022

beim TUS Komet Arsten

Immer in Bewegung - ein Tag Sport für alle
mit Wettkämpfen und Mitmach-Angeboten

Wettkampfprogramm

Fitnessstest für Kinder im Alter von
6-12 Jahren

Der Wettkampf ist eine bunte
Mischung aus turnerischen
Elementen und Lauf- und
Sprungdisziplinen:

- Orientierungslauf -
- Staffellauf -
- Übungen auf dem Balken -
- Übungen am Barren und
mit kleinen Kästen -
- Medizinballstoßen -
- Standweitsprung -
- Seilspringen -



Violenstr. 27 / 28195 Bremen

Tel. 0421 20 31 55 71

tuju@bremer-turnverband.de

www.bremer-turnverband.de/landeskinderturnfest



Ausschreibung Wettkampf Landeskinderturnfest 2022

Der Wettkampf richtet sich an Kinder im Alter von 6-12 Jahren. Es sollen Mannschaften gebildet werden, die aus 4-8 Kindern bestehen und sich in die Altersklassen 6-8 und 9-12 Jahre nochmals unterscheiden. Jedes Kind absolviert alle Stationen.

Station 1: Orientierungslauf

Die Altersgruppe 6-8 Jahre läuft eine Strecke auf dem Gelände mit 6 Stationen ab, die am Start auf einer Skizze dargestellt ist. Die Gruppe erhält vor Beginn des Laufes eine vereinfachte Übersichtskarte mit den einzelnen Stationen und läuft als Gruppe diese Stationen ab. Die Reihenfolge kann beliebig gewählt werden. An jeder Station gibt es eine Buchstabenkarte. Sind alle Stationen angelaufen worden und die Gruppe ist zurück im Ziel, soll aus den 6 Karten ein Name gelegt werden. Die Zeit wird gestoppt, wenn die Karten in der richtigen Reihenfolge liegen.

Die Altersgruppe 9-12 Jahre läuft eine Strecke auf dem Gelände mit 12 Stationen ab, die am Start auf einer Skizze dargestellt ist. Die Gruppe erhält vor Beginn des Laufes eine vereinfachte Übersichtskarte mit den einzelnen Stationen und läuft als Gruppe diese Stationen ab. Die Reihenfolge kann beliebig gewählt werden. An jeder Station gibt es eine Buchstabenkarte. Sind alle Stationen angelaufen worden und die Gruppe ist zurück im Ziel, soll aus den 12 Karten ein Name gelegt werden. Die Zeit wird gestoppt, wenn die Karten in der richtigen Reihenfolge liegen.

Station 2: Sprint-Umkehrstaffel

Gelaufen wird mit einem Tennisring von einer Grundlinie um eine Wendemarke herum zurück zum Startpunkt. Der Start erfolgt aus dem Hochstart neben einer Markierungsstange. Beim Wechsel wird der Tennisring übergeben und um die Markierungsstange herumgeführt. In einem festgelegten Bereich (ca. 1,5 m hinter der Markierungsstange) darf sich nur der/die folgende Läufer*in aufhalten, alle anderen Läufer*innen befinden sich hinter einer Markierung sitzend.

6-8jährige: Wendemarke bei 20m

9-12jährige: Wendemarke bei 25m

Bewertung: Zeit



BTV 
BREMER TURNVERBAND



Station 3: Standweitsprung

Es wird auf festem Untergrund ohne Mattenunterlage gesprungen. Jedes Mannschaftsmitglied führt 3 fortlaufende Standweitsprünge mit beidbeiniger Landung aus. Begonnen wird mit den Fußspitzen an einer Linie stehend. Bei jedem Sprung werden die Arme von unten/hinten nach vorne/oben gezogen, bei der Landung sind die Arme wieder unten, so dass sofort weiter gesprungen werden kann. Nach dem 3. Sprung wird die Weite an den Fußspitzen gemessen.

Bewertung: Weite

Station 4: Medizinballweitstoßen

Ein Medizinball wird vor der Brust gehalten und von dort nach vorn gestoßen.

Jede*r hat 2 Versuche, der weiteste zählt.

6-8jährige: Medizinball 2 kg

9-12jährige: Medizinball 3 kg

Bewertung: Weite

Station 5: Kleine Übung auf dem Balken/Lüneburger Stegel

6-8jährige: Lüneburger Stegel (ca. 60 cm hoch ab Boden)

Start stehend am Anfang des Balkens rückwärts. Rückwärts gehen bis die Markierung in der Mitte des Balkens sichtbar ist. Füße eng zusammenstellen, auf Zehenspitzen heben und $\frac{1}{2}$ Drehung. Bis zum Ende des Stegels vorwärts gehen, seitwärts drehen und mit einem beidbeinig abgesprungenem Strecksprung runterspringen.

Bewertung: max. 6 Punkte

9-12jährige: Balken (ca. 1m hoch ab Boden)

Start stehend am Anfang des Balkens rückwärts. Rückwärts gehen bis die Markierung in der Mitte des Balkens sichtbar ist. Füße eng zusammenstellen, auf Zehenspitzen heben und $\frac{1}{2}$ Drehung. Senken in die Kniewaage, hinteres Bein vorne aufsetzen und aufstehen. Bis zum Ende des Balkens vorwärts gehen auf Zehenspitzen. 1-2 Schritte Anlauf, Absprung einbeinig, Strecksprung ab.

Bewertung: max. 6 Punkte



BTV 
BREMER TURNVERBAND



Station 6: Seilspringen

- 6-8jährige:** 1. 30 sec. Schluss sprünge mit Zwischensprung
2. 10m laufen mit Durchschlagen des Seils bei jedem 2. Schritt.

Bewertung: Anzahl aus 1. + Punkte aus 2. (max. 10)

- 9-12jährige:** 1. 30 sec. Schluss sprünge ohne Zwischensprung
2. 10m laufen mit Durchschlagen des Seils bei jedem Schritt

Bewertung: Anzahl aus 1. + Punkte aus 2. (max. 10)

Station 7: Parallelbarren

Aus dem Stand auf einem kleinen Kasten am Anfang der Holme: Sprung in den Stütz und stützen bis an das Ende der Holme.

Bewertung: max. 4 Punkte nach Zonen

Station 8: „Robbe“

6-8jährige: In Bauchlage auf einer Turnbank mit den Armen über die Bank ziehen. Am Ende der Bank auf dem Bauch gespannt umdrehen, ohne die Hände oder Füße auf den Boden zu setzen und wieder zurück. Die Beine sind gebeugt, die Nasenspitze ist dicht über der Bank. Der Start erfolgt mit den Knien am Bankende.

Bewertung: 1 Punkt pro Banklänge, maximal 8 Punkte

9-12jährige: In Bauchlage eine schräge Turnbank (in 10. Sprosse einer Sprossenwand eingehängt) hochziehen, am Ende runterspringen und 3x wiederholen. Die Beine sind gebeugt, die Nasenspitze ist dicht über der Bank. Der Start erfolgt mit den Knien am Bankende.

Bewertung: 2 Punkte pro Banklänge, maximal 8 Punkte

Station 9: „Kriechtunnel“

6-8jährige: Ein Mannschaftsmitglied liegt steif wie ein Brett mit den Schultern und den Füßen auf zwei kleinen Kästen.

Ein anderes Mitglied der Mannschaft krabbelt unterdurch, läuft anschließend um den Kasten herum und wiederholt den Vorgang. Maximal 8 Durchgänge

Bewertung: 1 Punkt pro Runde, maximal 8 Punkte



BTV 
BREMER TURNVERBAND



Station 9: „Propeller“

9-12jährige: Aus dem Liegestütz auf der Matte mit ganz gestrecktem Körper in den Liegestütz rücklings über die Seite drehen. Anschließend weiter drehen über die Seite bis in die Ausgangsstellung. Jede Position kurz halten. Nach jedem „Propeller“ wird die Richtung gewechselt.

Bewertung: Eine ganze Drehung ist ein Propeller. Pro Propeller ist ein Punkt.

Station 10: „Achten“

In der Bauchlage liegend, Knie und Zehen drücken in den Boden, der Kopf ist leicht angehoben, die Nase befindet sich dicht über dem Boden. Führe einen Tennisball mit gestreckten Armen um den Körper. Übergebe den Ball an deinen Partner. Während dein Partner die gleiche Übung durchführt, bleibt dein Kopf abgehoben und die Arme abgehoben nach vorn gestreckt.

Bewertung: 1 Punkt für 4 „Achten“. Max. 4 Punkte

Station 11: „Rückenkreisel“

Aus der Rückenlage die gebeugten Beine, Kopf, Schulter und Arme anheben. Mit rundem Rücken leicht vor und zurückschaukeln und dabei langsam wie ein Kreisel drehen. Nach jeder Umdrehung wird die Richtung gewechselt.

6-8jährige: Hände umklammern die Schienbeine

9-12jährige: Arme neben dem Körper

Bewertung: 1 Punkt pro Umdrehung. Maximal 4 Punkte

Station 12: Synchronturnen

An dieser Station muss jedes Kind mindestens eine der Übungen durchführen

6-8jährige: Schattenhockwenden (Geräte: 2 Turnbänke à 4 m, breite Seite oben, hintereinandergestellt) Alle 4 Mannschaftsmitglieder turnen nacheinander jeweils 8 fortlaufende Hockwenden in rhythmischer Folge mit oder ohne Zwischenfedern, wobei die Nachfolgenden mit der zweiten Hockwende des/r Vorausturnenden einsetzen.

Bewertung: Maximal 4 Punkte für Synchronität

9-12jährige: Schattenrollen (Geräte: Bodenbahn 10 m bestehend aus 5 Matten 1 m x 2 m oder einem Bodenläufer 12 m) Alle 4 Mannschaftsmitglieder turnen nacheinander einsetzend, synchron, hintereinander, in ununterbrochener Reihenfolge jeweils 4 Rollen vorwärts mit direkt anschließendem Strecksprung, wobei die Nachfolgenden mit dem Strecksprung nach der Rolle des/r Vorausturnenden beginnen.

Bewertung: Maximal 4 Punkte für Synchronität+ 2 Punkte für Ausführung

Wertung insgesamt

Die Einzelergebnisse jeder Station (mit Ausnahme der Staffelzeit) werden addiert und durch die Anzahl der Teilnehmer*innen geteilt. Aus den einzelnen Stationen werden jeweils die Rangfolgen ermittelt und anschließend die Rangfolgepunkte addiert.

Die Siegermannschaft des Wettbewerbs wird durch eine Rangfolgeberechnung ermittelt. Sieger ist die Mannschaft mit der niedrigsten Rangfolgesumme. Bei Punktgleichheit entscheidet das niedrigere Durchschnittsalter der Mannschaft.

Jedes Kind erhält eine Urkunde und für die Plätze 1-3 gibt es zusätzlich Medaillen.

Organisatorisches

Mit der Meldung einer Mannschaft sollte jeder Verein zusätzlich zur/m Übungsleiter/in eine/n weitere/n Helfer/in (Mindestalter 14 Jahre) stellen.

Das Meldegeld beträgt 2€ pro Kind.

Die Mannschaft sollte einen „Spaßnamen“ bei der Anmeldung angeben.

Denkt bitte an Sportschuhe für drinnen und draußen, da die Aktionen in der Halle als auch draußen auf den Rasenflächen stattfinden.

Der Zeitplan wird nach Eingang der Meldungen erstellt und den Vereinen ca. 1 Woche vor Beginn der Veranstaltung zugeschickt.

Das Meldegeld bitte vorab überweisen bis spätestens 10. Juni 2022 (Sparkasse Bremen, IBAN: DE58 2905 0101 0001 0544 51).



BTV 
BREMER TURNVERBAND



Anmeldung zum Landeskinderturnfest 19. Juni 2022

Ein Anmeldebogen pro Gruppe (ABGABE BIS SPÄTESTENS 05.05.2022)

Hiermit melde ich unsere Gruppe verbindlich zum Landeskinderturnfest des Bremer Turnverbandes e.V. an

Verein: _____

Spaßname: _____

Altersklasse: 6-8 Jahre 9-12 Jahre

Gruppengröße/Anzahl Kinder: _____

TrainerIn: _____ HelferIn: _____

Tel.-Nr.: _____ Mail: _____

Das Meldegeld bitte bis spätestens 10. Juni 2022 auf das Konto des BTV bei der Sparkasse Bremen, IBAN: DE58 2905 0101 0001 0544 51 überweisen.

Veröffentlichung von persönlichen Daten und Bildern

Mit der Meldung erklärt sich der/die Teilnehmer/in bzw. deren Erziehungsberechtigte damit einverstanden, dass persönliche Daten (Name, Vorname, Jahrgang), Ergebnisse sowie offizielle Fotos, die im Zusammenhang mit der Teilnahme am Wettkampf stehen, für redaktionelle Zwecke auf der Homepage des Bremer Turnverbandes (BTV) bzw. in Druckmedien veröffentlicht werden dürfen.

Datum/Ort

Unterschrift und Stempel des Vereins