	Reglement TG Einzel- & Paarwettkampf		10.13
			Version 09.11
Abteilung: 35+		Ressort: Anlässe	Seite 1

1 EINZELWETTKAMPF

Der Einzelwettkampf besteht aus folgenden sechs Disziplinen. Es müssen mindestens fünf absolviert werden. Bei sechs absolvierten Disziplinen wird die schlechteste Disziplin gestrichen.

1. Unihockey-Slalomlauf
2. Kugelstossen
3. Seilspringen
4. Korbwurf
5. Standweitsprung
6. 1000m

1.1 Teilnahmeberechtigt

Interessierte Turnerinnen und Turner ab 25 Jahren mit STV Mitgliederkarte sind teilnahmeberechtigt.

1.2 Kategorien

Frauen		
F1	Frauen	25-34 Jahre
F2	Frauen	35-45 Jahre
F3	Frauen	46-52 Jahre
F4	Frauen	53-59 Jahre
F5	Frauen	60 Jahre und älter

Männer		
M1	Männer	25-34 Jahre
M2	Männer	35-45 Jahre
M3	Männer	46-52 Jahre
M4	Männer	53-59 Jahre
M5	Männer	60 Jahre und älter

Generell ist der Jahrgang massgebend.

1.3 Kampfrichter

Jeder Verein stellt zwei Kampfrichter, die nicht starten dürfen.

1.4 Anmeldung

Eine Anmeldung ist notwendig.
Die Anmeldung ist nur gültig mit der Einzahlung des Startgeldes.

1.5 Finanzen

Das Startgeld beträgt Fr. 35.00 pro Person.
Es wird kein Haftgeld erhoben.
Keine Rückerstattung des Startgeldes bei Abmeldung oder Nichtantreten.

1.6 Ranglisten

Je eine Rangliste pro Alterskategorie Frauen.
Je eine Rangliste pro Alterskategorie Männer.

1.7 Auszeichnungen

Gold-, Silber- und Bronzemedailles für die drei Erstplatzierten pro Kategorie.
33% der Gewerteten pro Kategorie erhalten eine Auszeichnung

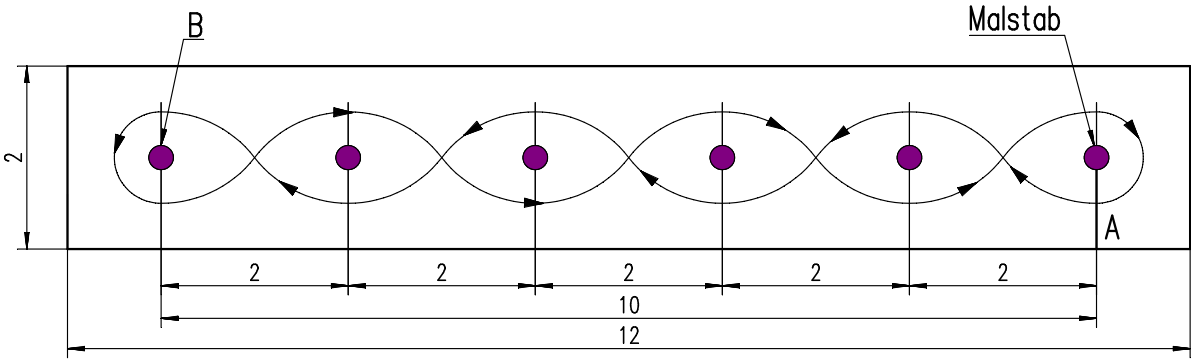
1.8 Rangverkündigung

Die Rangverkündigung findet ca. 1h nach Wettkampfschluss statt.

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			

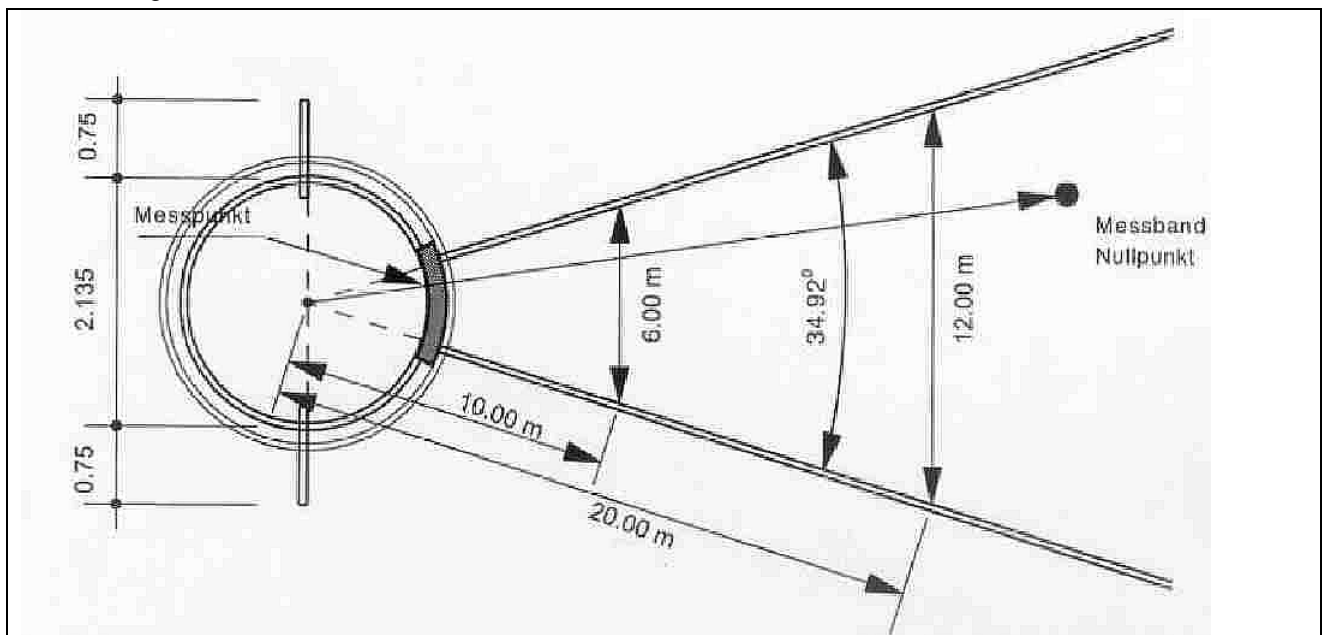
1.9 Wettkampfbeschreibung

1.9.1 Unihockey – Slalomlauf




Wettkampfzeit	90 Sekunden
Wettkampfziel	Möglichst viele Läufe im Slalom von A nach B und zurück
Versuche	1
Geräte	6 Malstäbe, je einen Unihockey-Stock und Ball
Ausführung	Start hinter der Startlinie A mit Ball und Unihockey-Stock im Slalom um die Malstäbe nach B und wieder im Slalom um die Malstäbe zurück nach A und so weiter. Umgestossene Malstäbe müssen durch den Läufer selbst wieder aufgestellt werden. Ein defekter Ball darf ausgetauscht werden.
Wertung	Jeder Lauf von A nach B oder von B nach A zählt 5 Punkte. Jeder angefangene Lauf zählt pro Malstab, welcher umlaufen worden ist, 1 Punkt. Wird der Ball mit dem Fuss berührt, gibt es pro Berührung 1 Punkt Abzug. Wird ein Malstab nach dem Umwerfen nicht aufgestellt, werden 5 Punkte abgezogen.

1.9.2 Kugelstossen

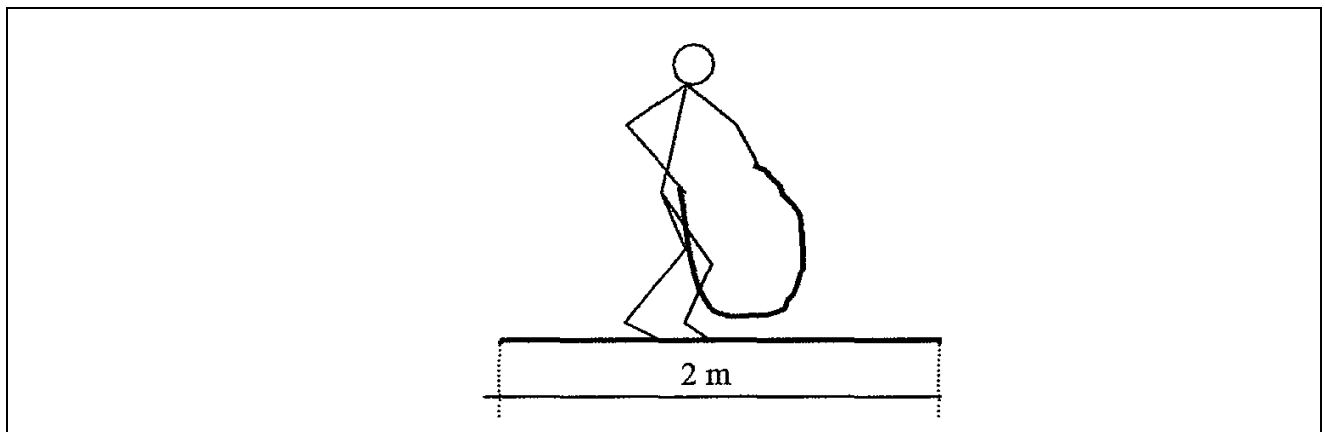


Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			

	Reglement TG Einzel- & Paarwettkampf		10.13
			Version
Abteilung: 35+	Ressort: Anlässe	09.11	
		Seite 3	

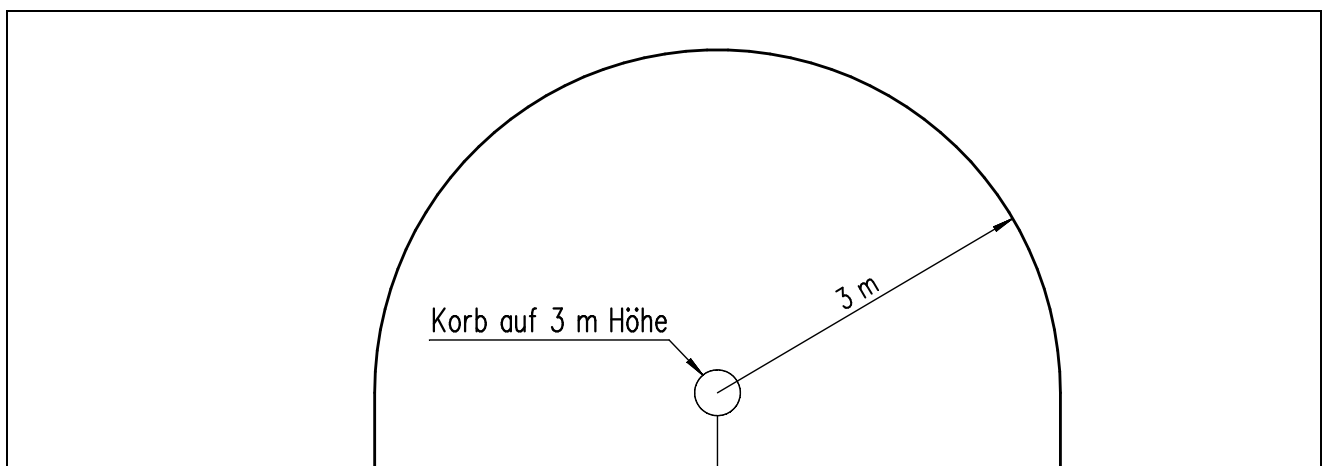
Wettkampfzeit	-
Wettkampfziel	Die beste Weite zählt
Versuche	3(+ 1 Probe)
Geräte	Frauen: Kugel 4kg / Männer: Kugel 5kg
Ausführung	Ring Übertritt = ungültig, auf Balken stehen = ungültig, Ring in rückwärtiger Hälfte, ruhig verlassen, sonst ungültig
Wertung	Jeder gültige Stoss muss unmittelbar nach der Ausführung gemessen werden.

1.9.3 Seilspringen




Wettkampfzeit	60 Sekunden
Wettkampfziel	Ohne Fremdhilfe möglichst viele Durchzüge
Versuche	1
Geräte	1 Springseil und Springfeld 2 x 1,5 m Die Seile werden vom Veranstalter gestellt, es dürfen keine eigenen Seile verwendet werden.
Ausführung	Hüpfart frei. (Mehrere Durchzüge im gleichen Sprung zählen einfach.)
Wertung	Gezählt werden nur volle Seildurchzüge.

1.9.4 Korbwurf

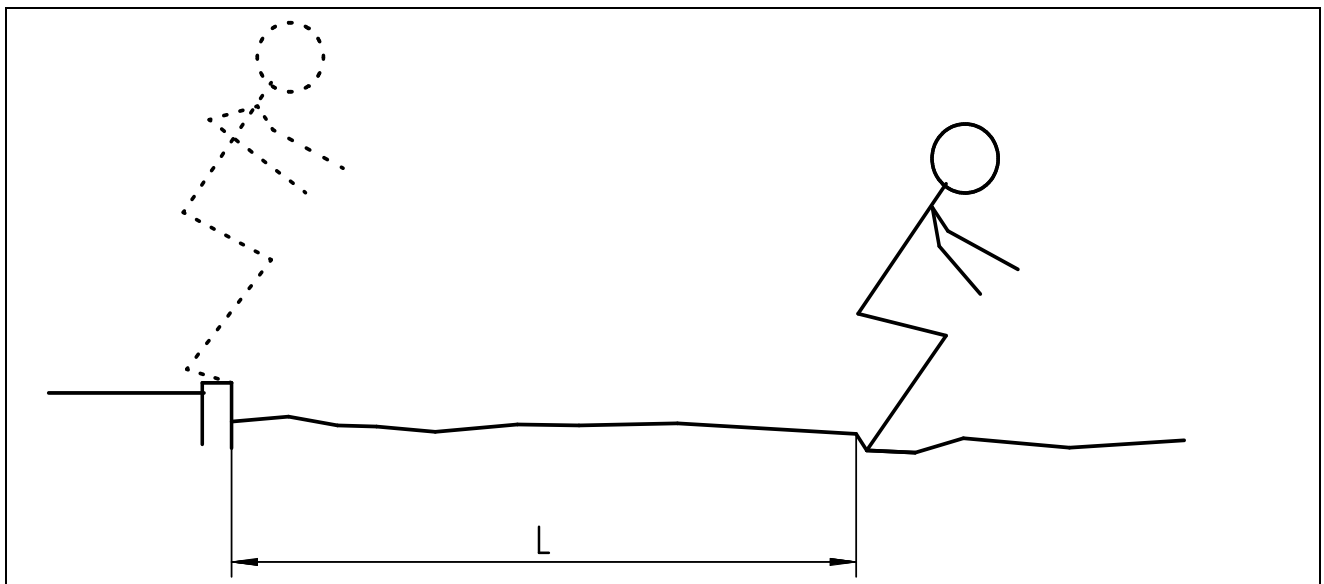


Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			

	Reglement TG Einzel- & Paarwettkampf		10.13
			Version
Abteilung: 35+	Ressort: Anlässe	09.11	
		Seite 4	

Wettkampfzeit	-
Wettkampfziel	Ohne Fremdhilfe so viele Korbtreffer wie möglich
Versuche	10 (+ 1 Probe)
Geräte	1 Korb mit oder ohne Rückwand, 1 Basketball
Ausführung	Wurfdistanz zum Korb 3m. Alle Treffer, auch via Rückwand, werden gezählt.
Wertung	Alle Treffer werden zusammengezählt.

1.9.5 Standweitsprung



Wettkampfzeit	-
Wettkampfziel	Die grösste Weite zählt.
Versuche	3 (+ 1 Probe)
Geräte	Sandgrube
Ausführung	Absprung ab Kante
Wertung	Hinterster Eindruck, auch wenn von Hand, gilt. Jeder Sprung muss unmittelbar nach der Ausführung gemessen werden.

1.9.6 1000m

Der Lauf findet auf einer Rundbahn oder auf der Wiese statt. Die Laufrichtung ist so zu wählen, dass der Innenraum auf der linken Seite des Wettkämpfers liegt.

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			



Reglement TG Einzel- & Paarwettkampf

10.13

Version

09.11

Abteilung: 35+

Ressort: Anlässe

Seite 5

2 PAARWETTKAMPF

Der Paarwettkampf besteht aus folgenden 8 Disziplinen. Es müssen mindestens fünf absolviert werden. Werden sechs oder mehr Disziplinen absolviert, kommen die fünf besten Resultate in die Wertung.

1. Unihockey-Slalomlauf
2. Ballprellen
3. Seilspringen auf der Matte
4. Medizinball um Hüfte
5. Geschicklichkeitslauf
6. Zielkugelstossen
7. Korbwurf
8. Distanzlauf 1000m mit Stabübergabe

2.1 Teilnahmeberechtigt

Interessierte Turnerinnen und Turner ab 25 Jahren mit STV-Mitgliedkarte sind teilnahmeberechtigt.

2.2 Kategorien

Frauen		
F1	Frauen	25-34 Jahre
F2	Frauen	35-45 Jahre
F3	Frauen	46-52 Jahre
F4	Frauen	53-59 Jahre
F5	Frauen	60 Jahre und älter

Männer		
M1	Männer	25-34 Jahre
M2	Männer	35-45 Jahre
M3	Männer	46-52 Jahre
M4	Männer	53-59 Jahre
M5	Männer	60 Jahre und älter

Mixed		
MX1	Mixed	25-34 Jahre
MX2	Mixed	35-45 Jahre
MX3	Mixed	46-52 Jahre
MX4	Mixed	53-59 Jahre
MX5	Mixed	60 Jahre und älter

Generell ist der Jahrgang massgebend.

2.3 Kampfrichter

Jeder Verein stellt je nach Anmeldungen zwei Kampfrichter, die nicht starten dürfen

2.4 Anmeldung

Eine Anmeldung ist notwendig.
Die Anmeldung ist nur gültig mit der Einzahlung

2.5 Finanzen

Das Startgeld beträgt Fr. 35.00 pro Person.
Es wird kein Haftgeld erhoben.
Keine Rückerstattung des Startgeldes bei Abmeldung oder Nichtantreten.

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			

2.6 Ranglisten

Je eine Rangliste pro Alterskategorie Frauen.
Je eine Rangliste pro Alterskategorie Männer.
Je eine Rangliste pro Alterskategorie Mixed.

2.7 Auszeichnungen

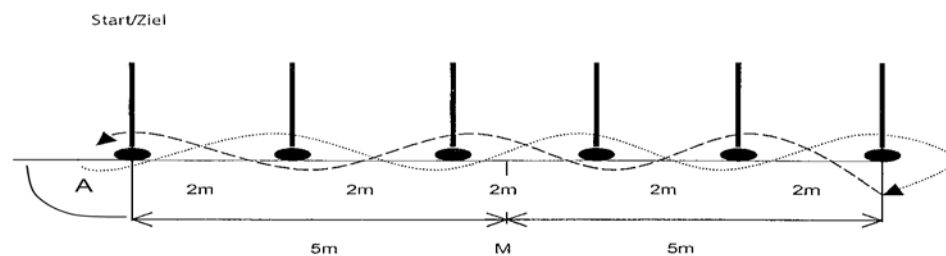
Gold-, Silber- und Bronzemedailles für die drei Erstplatzierten pro Kategorie.
33% der Gewerteten pro Kategorie erhalten eine Auszeichnung.

2.8 Rangverkündigung

Die Rangverkündigung findet ca. 1h nach Wettkampfschluss statt.


2.9 Wettkampfbeschreibung Paarwettkampf

2.9.1 Unihockeyslalomlauf

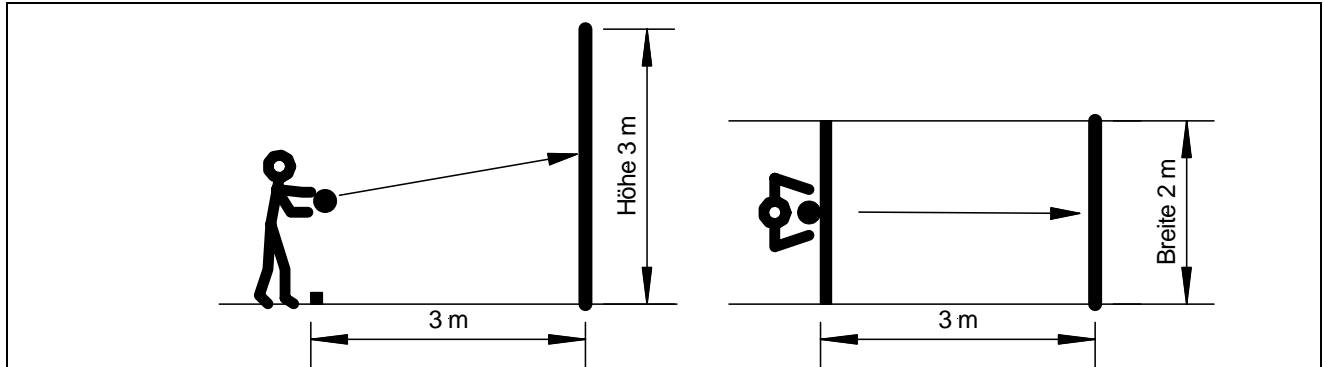


Wettkampfzeit	90 Sekunden
Wettkampfziel	-
Versuche	1
Geräte	6 Malstäbe, 1 Ball, je einen Unihockey-Stock, Markierung der Linie Start/Ziel, Stoppuhr, Handzählapparat
Ausführung	T1+ T2 stehen auf der Startseite hinter Linie. Start: T1 führt einen Ball mit dem Unihockeystock im Slalom um die 6 Malstäbe und zurück im Slalom zum Ziel gemäss Zeichnung, Übergabe an T2 im Start-Viertel A. T2 legt die gleiche Strecke zurück wie T1. T1 + T2 wechseln sich mit jeder Runde ab. Umgeworfene Stäbe müssen sofort wieder durch den momentanen Läufer aufgestellt werden. Jeder Malstab muss umlaufen werden. Ein defekter Ball darf ausgetauscht werden.
Wertung	Jeder Lauf von A nach B oder von B nach A zählt 5 Punkte. Jeder angefangene Lauf zählt pro Malstab, welcher umlaufen worden ist, 1 Punkt. Wird der Ball mit dem Fuss berührt, gibt es pro Berührung 1 Punkt Abzug. Wird ein Malstab nach dem Umwerfen nicht aufgestellt, werden 5 Punkte abgezogen.

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			

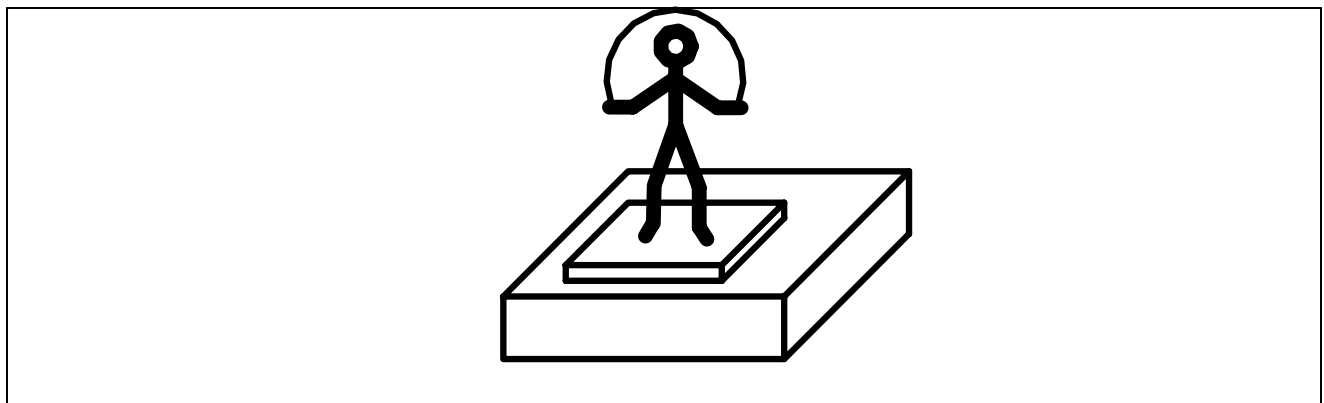
	Reglement TG Einzel- & Paarwettkampf		10.13
			Version
Abteilung: 35+	Ressort: Anlässe	09.11	
		Seite 7	

2.9.2 Ballprellen



Wettkampfzeit	90 Sekunden
Wettkampfziel	-
Versuche	1
Geräte	1 Basketball, 1 Volleyball, 2 m Dachlatte, Seitenbegrenzung, Stoppuhr, Handzählapparat
Ausführung	Basketball/Volleyball fortlaufend gegen die Wand prellen und wieder auffangen. Distanz 3.0 m Wurfart frei Frauen Volleyball Männer Basketball
Wertung	Es zählt die Anzahl der ohne Bodenberührung zurückkehrenden Bälle. Bei Frühstart wird der erste Versuch nicht gezählt. Übertretene Versuche werden nicht gezählt. Der Balken oder die Linie darf nicht betreten werden.

2.9.3 Seilspringen auf 16 cm Matte + 6 cm Matte



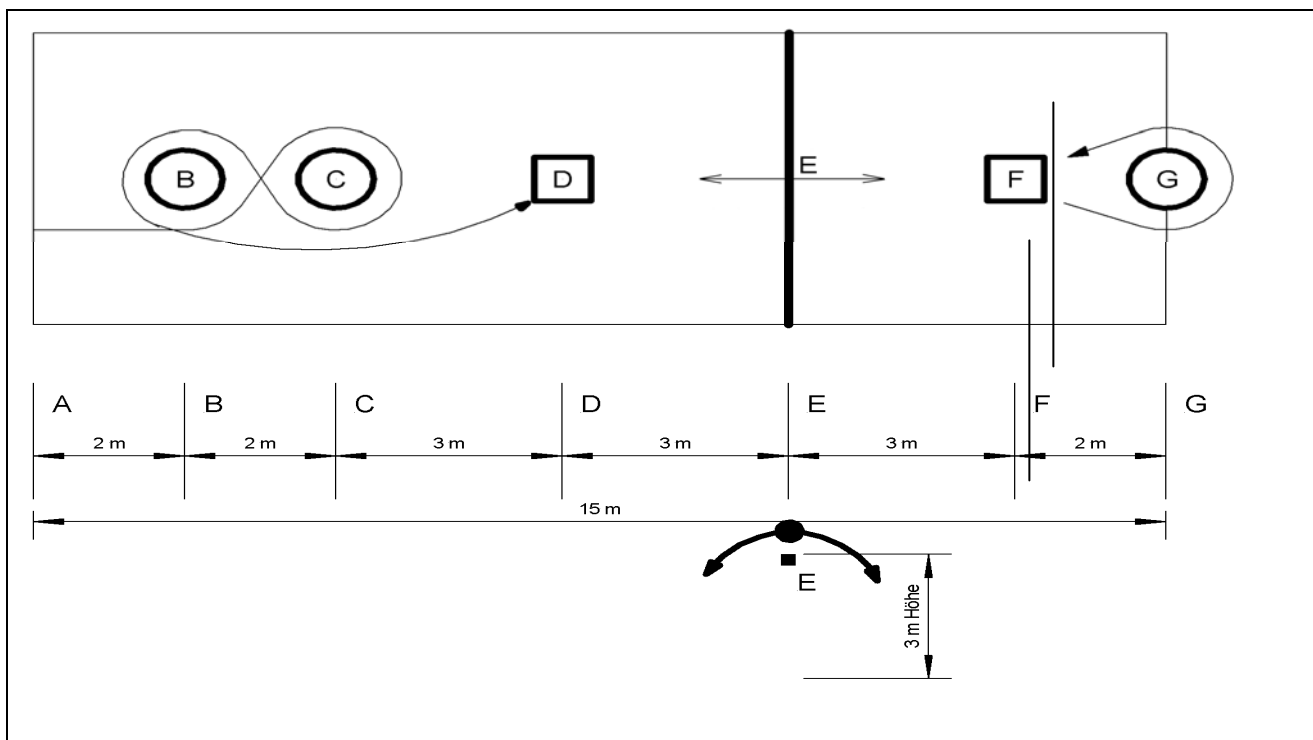
Wettkampfzeit	60 Sekunden
Wettkampfziel	-
Versuche	1
Geräte	1 Matte 16 cm, 1 Matte 6 cm, 1 Sprungseil, 1 Zähler (1 Stoppuhr)
Ausführung	Jedem/r Teilnehmer/in steht eine Matte mit Sprungseil zur Verfügung. Beim Start liegt das Seil hinter den Füßen, auf Kommando schwingt das Seil über den Kopf und unter den Füßen durch. Hüpfart ist frei.
Wertung	Es zählt die Summe der vollständigen Umdrehungen (Durchgang) beider Teilnehmer. Kat. F1, F2, F3, M1, M2, M3 springen auf der 6cm + 16cm Matte Kat. F4, M4 springen auf der 6cm Matte Kat. F5, M5 springen ohne Matte

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			


2.9.4 Medizinball um die Hüfte

Wettkampfzeit	90 Sekunden
Wettkampfziel	-
Versuche	1
Geräte	Medizinball 2 kg, 2 Zähler (1 Stoppuhr)
Ausführung	Jedem/r Teilnehmer/in steht ein Medizinball 2 kg zur Verfügung. Der Medizinball wird von einer Hand zur andern Hand um die Hüfte gegeben. Jede volle Umdrehung zählt. Zeit: 90 Sek.
Wertung	Es zählt die Summe der vollständigen Umdrehungen beider TN. Wenn der Ball auf den Boden fällt, zählt die Umdrehung nicht.

2.9.5 Geschicklichkeitslauf



Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			

	<h1>Reglement</h1> <h2>TG Einzel- & Paarwettkampf</h2>		<h1>10.13</h1>
			Version <h1>09.11</h1>
Abteilung: 35+		Ressort: Anlässe	Seite 9

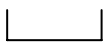



Wettkampfzeit	-
Wettkampfziel	-
Versuche	1
Geräte	3 Fass, 2 Harassen, 1 Hindernis Höhe 3 m, 3 Gymnastikbälle, 1 Stoppuhr
Ausführung	<p>Nach dem Start T1 (A) zwei Fässer (B und C) in Achterbahn umlaufen, den ersten Gymnastikball aus der Harasse (D) nehmen, über die 3 m hohe Begrenzung (E) werfen, auffangen und in die nächste Harasse (F) legen. Ebenso den zweiten und den dritten Gymnastikball.</p> <p>Um das Fass am Ende der Wettkampfstrecke (G) laufen und den ersten Gymnastikball wieder aus der Harasse (F) nehmen, über die 3 m hohe Begrenzung (E) werfen, auffangen und in die Harasse (D) legen. Ebenso den zweiten und den dritten Gymnastikball. Danach ohne Achterbahn zurück zur Start/Ziellinie.</p> <p>Beim Überschreiten der Ziellinie per Handschlag Start für T2 auf dem gleichen Weg wie T1. Beim Überschreiten der Ziellinie von T2 wird die Zeit gestoppt.</p>
Wertung	<p>Die totale Schlusszeit beider Teilnehmer/innen gilt als Punktezeit.</p> <p>Bei Frühstart 5 Sek. Zuschlag. Der Parcours muss korrekt gemäss oben beschriebenen Ablauf absolviert werden. Ablauffehler (Ball nicht über die Latte, nicht Umrunden der Fässer, usw.) müssen sofort korrigiert werden.</p> <p>Eine zweite Startmöglichkeit wird nicht gewährt.</p>

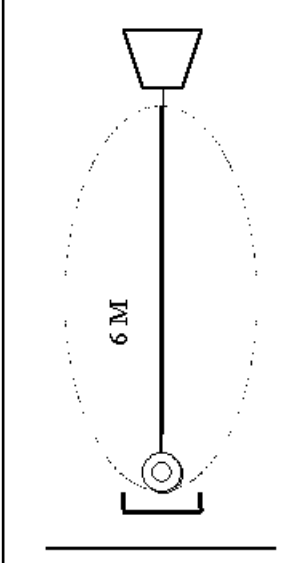
2.9.6 Zielkugelstossen

Wettkampfzeit	-
Wettkampfziel	Die Wettkampfleitung bestimmt die Zielweite und gibt sie am Wettkampftag bekannt.
Versuche	3 (kein Probe)
Geräte	Kugel 4kg (Frau) / 5kg (Mann)
Ausführung	Beim Zielkugelstossen wird versucht, möglichst genau an eine vorgegebene Weite heranzustossen. Gemessen wird die Differenz zwischen der erreichten Weite und der Zielvorgabe. Jegliche Hilfsmarkierung oder Hilfestellung ist nicht erlaubt.
Wertung	Jeder Stoss wird unmittelbar nach der Ausführung gemessen und gerechnet. Die kleinste Differenz beider Teilnehmer wird zusammen gezählt und der Durchschnitt ergibt die gültige Leistung.


2.9.7 Korbballwurf

Legende:

	Spieler mit Ball
	Korb
	Malstab
	Laufweg

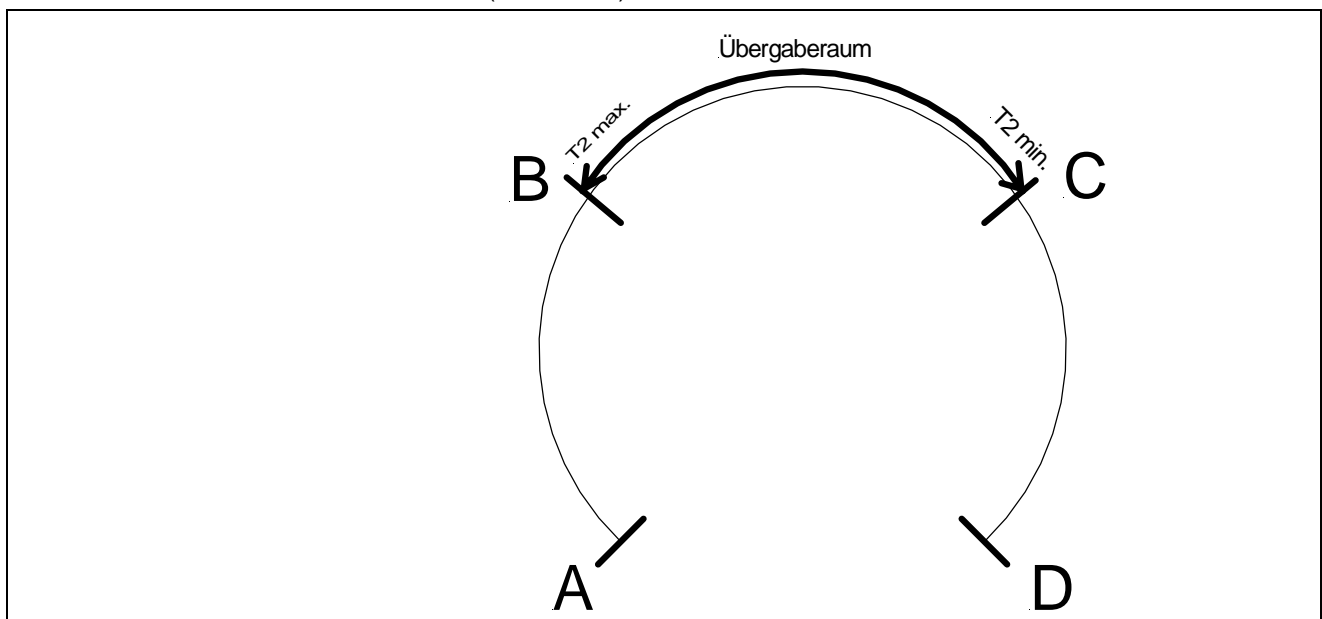


Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			

	Reglement TG Einzel- & Paarwettkampf		10.13
			Version 09.11
Abteilung: 35+		Ressort: Anlässe	Seite 10

Wettkampfzeit	60 Sekunden
Wettkampfziel	Möglichst viel Runden laufen und viele Treffer erzielen.
Versuche	1
Geräte	Korbball
Ausführung	Der Teilnehmer startet beim Malstab, läuft zum Korb und wirft ein. Dann nimmt er den Ball, läuft um den Malstab und beginnt von vorne. Dem Teilnehmer darf auf keine Art und Weise geholfen werden.
Wertung	1 Korbwurf 2 Punkte, pro Durchgang 1 Punkt. keine Punkte gibt es, wenn der Ball nicht durch den Korb geht und wenn der Teilnehmer nicht um den Malstab läuft.

2.9.8 Distanzlauf 1 Kilometer Wiese, (Rundbahn)



Wettkampfzeit	-
Wettkampfziel	-
Versuche	1
Geräte	Markierung Start, Ziel, bei 333m eine Linie und bei 666m eine Linie, 1 Stafettenstab, 1 Stoppuhr, Startnummern doppelt (oder für den Schlussläufer).
Ausführung	Start T1 (A) nach einer Strecke von 1/3 kann er den Stab an T2 übergeben und dieser mit dem Stab bis zum Ziel durchlaufen.
Wertung	Zeitnahme, wenn der Stab mit Läufer T2 die Ziellinie (D) überschreitet. Stabübergabe muss zwischen Punkt B 333m und Punkt C 666m stattfinden.

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	09.10
Komm. Wettkämpfe	01.03.11	01.06.11	Abt. 35+	20.4.11	Von			
					Grund			