

Wettkampfprogramm 2023

für die Gaujugendwettkämpfe - Gt w - im HMT

Wett - kampf - nummer	Bezirk	Klasse	Alter	Sprung	Reck/Barren	Balken	Boden
1	He	F	7 Jahre und jünger 2016 und jünger	AW: 2,00 über Sprungbrett	P2 (schulterhoch)	P2 (Übungsbalken oder Bank)	P2 (Bodenbahn)
2	Do			Strecksprung auf Weichboden (Höhe 30 cm)	P3 (schulterhoch)	P3 (Höhe 70 cm ab Mattenoberkante)	P3 (Bodenbahn)
3	He	E	7, 8 u. 9 Jahre 2016, 2015, 2014	AW: 2,00 über Sprungbrett	P3 (schulterhoch)	P3 (Höhe 80 cm ab Mattenoberkante)	P3 (Bodenbahn)
4	Do			Strecksprung auf Weichboden (Höhe 30 cm)			
				AW: 3,00 über Sprungbrett	Überschlag in die Rückenlage auf Weichbodenaufbau (Höhe 60 cm)		
				AW: 4,00 über Sprungbrett			
				Überschlag in die Rückenlage auf Weichbodenaufbau (Höhe 90 cm)			
5	He	D	9, 10 u. 11 Jahre 2014, 2013, 2012	AW: 4,00 über Sprungbrett	P4 (schulterhoch)	P4 (Höhe 100 cm ab Mattenoberkante)	P4 (Bodenbahn)
6	Do			Überschlag in die Rückenlage auf Weichbodenaufbau (Höhe 90 cm)	P5 (schulterhoch)	P5 (Höhe 100 cm ab Mattenoberkante)	P5 (Bodenbahn)
7	He	C	11, 12 u. 13 Jahre 2012, 2011, 2010	AW: 1,00 mit Sprungbrett über Kasten	P C LK-Arbeitshilfe 2023 lt. HMT	P C LK-Arbeitshilfe 2023 lt. HMT (Höhe 105 cm ab Mattenoberkante)	P C LK-Arbeitshilfe 2023
8	Do			Überschlag mit Abdruck in die Rückenlage auf gleichhohen Mattenberg (Höhe 90 cm)			
				AW: 1,50 mit Sprungbrett über Kasten			
				AW: 3,50			
				Überschlag über Tisch (Höhe 110 cm oder 120 cm)			
9	He / Do	B	14 Jahre und älter 2009 und älter	AW: 1,50 mit Sprungbrett über Kasten	P B / LK 4 LK-Arbeitshilfe 2023 lt. HMT	P B / LK 4 LK-Arbeitshilfe 2023 lt. HMT (Höhe 105 cm ab Mattenoberkante)	P B / LK 4 LK-Arbeitshilfe 2023
				Überschlag mit Abdruck in die Rückenlage auf gleichhohen Mattenberg (Höhe 110 cm)			
				AW: lt.CdP 2022-2024 + 1,50P. alle Sprünge aus dem CdP 2022 - 2024 über Tisch (Höhe 110 , 120 oder 125 cm)			
10	He / Do	A	9 Jahre und älter 2014 und älter	AW: 1,50 mit Sprungbrett über Kasten	P A / LK 4 LK-Arbeitshilfe 2023 lt. HMT	P A / LK 4 LK-Arbeitshilfe 2023	P A / LK 4 LK-Arbeitshilfe 2023
				Überschlag mit Abdruck in die Rückenlage auf gleichhohen Mattenberg (Höhe 110 cm)			
				AW: lt.CdP 2022-2024 + 1,50P. alle Sprünge aus dem CdP 2022 - 2024 über Tisch (Höhe 110 , 120 oder 125 cm)			