

Gaujugendwettkampfprogramm 2026

Gerätturnen weiblich - Hellweg Märkischer Turngau

Wettkampfnummer	Bezirk	Klasse	Alter	Sprung	Reck/Barren	Balken	Boden
1	He	F	7 Jahre und jünger 2019 und jünger	AW: 2,00 über Sprungbrett	P2 (schulterhoch)	P2 (Übungsbalken oder umgedrehte 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 2019, 2018, 2017	AW: 2,00 über Sprungbrett	P3 (schulterhoch)	P3 (Höhe 80 cm ab Mattenoberkante)	P3 (Bodenbahn)
				Strecksprung auf Weichboden (Höhe 30 cm)			
4	Do			AW: 3,00 über Sprungbrett	P4 (schulterhoch)	P4 (Höhe 80 cm ab Mattenoberkante)	P4 (Bodenbahn)
				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 2017, 2016, 2015	AW: 4,00 über Sprungbrett	P4 (schulterhoch)	P4 (Höhe 100 cm ab Mattenoberkante)	P4 (Bodenbahn)
				Überschlag in die Rückenlage auf Weichbodenaufbau (Höhe 90 cm)			
6	Do			AW: 5,00 mit Sprungbrett über Kasten	P5 (schulterhoch)	P5 (Höhe 100 cm ab Mattenoberkante)	P5 (Bodenbahn)
				Überschlag mit Abdruck in die Rückenlage auf gleichhohen Mattenberg (Höhe 90 cm)			
7	He	C	11, 12 u. 13 Jahre 2015, 2014, 2013	AW: 1,00 mit Sprungbrett über Kasten	LK 4 C-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT	LK 4 C-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT (Höhe 105 cm ab Mattenoberkante)	LK 4 C-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT
				Überschlag mit Abdruck in die Rückenlage auf gleichhohen Mattenberg (Höhe 90 cm)			
				AW: 1,50 mit Sprungbrett über Kasten			
8	Do			Überschlag mit Abdruck in die Rückenlage auf gleichhohen Mattenberg (Höhe 110 cm)			
				AW: 3,50 Überschlag über Tisch (Höhe 110 cm oder 120 cm)			
9	He / Do	B	13 Jahre und älter 2013 und älter	AW: 1,50 mit Sprungbrett über Kasten	LK 4 B-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT	LK 4 B-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT (Höhe 105 cm ab Mattenoberkante)	LK 4 B-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT
				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 2017 und älter	AW: 1,50 mit Sprungbrett über Kasten	LK 4 A-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT	LK 4 A-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT	LK 4 A-Klasse LK-Arbeitshilfe 2024 lt. HMT
				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)			

Stand Nov. 2025