



Schweizerischer
Turnverband



stv-fsg.ch

Ergänzung Rhönrad Vereinsgeräteturnen

2026

1. Inhalt

1.	Einleitung	2
2.	Wettkampffläche und Material	3
3.	Zusammensetzung des Programms.....	5
4.	Bewertung und Wertungssystem	5
5.	Links	8



Ergänzung Rhönrad Vereinsgeräteturnen

1. Einleitung

Diese Ergänzung basiert auf den Weisungen Vereinsgeräteturnen 2026 sowie dem dazugehörigen Handbuch. Sie enthält spezifische Regelungen für das Rhönradturnen im Rahmen des Vereinsgeräteturnens (VGT).

Ziel dieser Ergänzung ist es, klare Vorgaben für das Rhönrad Vereinsgeräteturnen (VGT) zu schaffen.

1.1 Über das Rhönrad turnen

Die Sportart Rhönradturnen im Einzel besteht aus drei Disziplinen:

Gerade

Beim Geradeturnen rollt das Rhönrad auf beiden Reifen. Durch gezielte Gewichtsverlagerung steuern die Turnenden die Bewegung des Rades und zeigen dabei verschiedene Elemente.



Spirale

Beim Spiraleturnen bewegt sich das Rad auf nur einem Reifen in einer schrägen Position.



Sprung

Beim Sprung wird das Rhönrad ins Rollen gebracht. Die Turnende Person rennt dem Rad hinterher, springt an dem Rad nach oben und springt vom höchsten Punkt, aus einer sitzenden, stützenden, liegenden oder stehenden Position ab, auf die Matte.



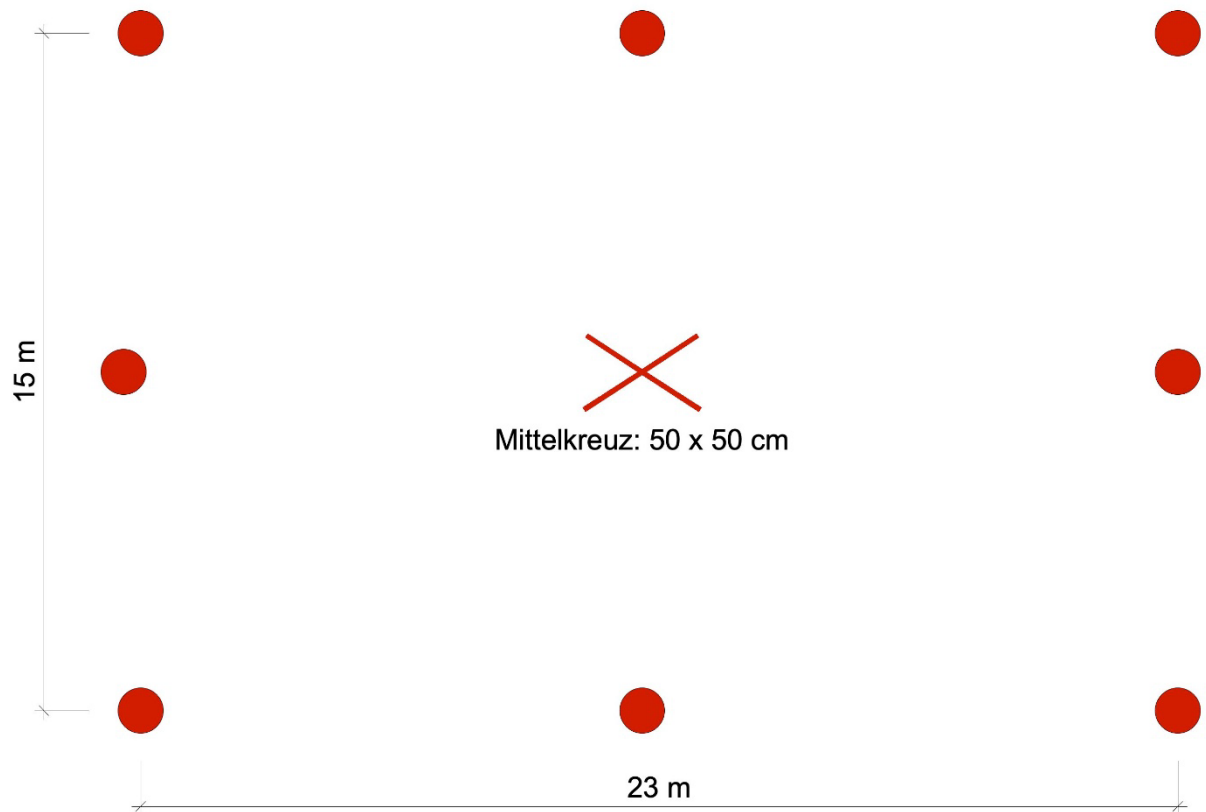
Im Vereinsgeräteturnen werden die drei Rhönradisziplinen zu einem gemeinsamen Gruppenprogramm vereint. Im Mittelpunkt stehen dabei die technische Ausführung, die Synchronität innerhalb der Gruppe sowie die choreografische Gestaltung.

Diese Ergänzung legt die spezifischen Anforderungen und Bewertungskriterien fest, die für das Rhönradturnen im Rahmen der VGT-Wettkämpfe gelten.

2. Wettkampffläche und Material

2.1 Fläche (Grösse, Markierungen)

Die Wettkampffläche beträgt 15 x 23 Meter und ist in der Mitte mit einem diagonalen Kreuz gekennzeichnet. Die Fläche wird wie auf der Abbildung gezeigt mit acht Markierungen sichtbar markiert. Die Fläche dient als Anhaltspunkt beim Übertreten darf kein Abzug erfolgen. Es ist den Turnenden erlaubt während der Vorführung die Wettkampffläche zu verlassen und wieder zu betreten.



2.2 Einsatz von Matten

Für Sprünge und Abgänge dürfen folgende Matten verwendet werden:

- 6 Normalmatten 110 x 160 x 7cm
- 6 Niedersprungmatten 16cm
- 6 Sprungkissen 40cm mit Klettverschluss

Die Matten dürfen ausserhalb der Wettkampffläche bereitliegen und bei Bedarf während des Programms in die Fläche hineingeschoben werden. Nach dem Einsatz sollen sie wieder aus der Fläche entfernt werden.

Die Anmeldung der Matten erfolgt vorgängig über das offizielle Meldeformular als Teil des Programmmaterials.

Das Hinein- und Hinausschieben der Matten kann sowohl durch mitturnende Personen als auch durch zusätzliche Helferinnen und Helfer (Mattenschieber) erfolgen.

Die Matten sollen sinnvoll ins Programm integriert sein, sodass sie den Ablauf nicht stören oder den Gesamteindruck beeinträchtigen.

2.3 Rhönräder

Für ein Rhönrاد-Programm im Vereinsgeräteturnen sind maximal sechs Rhönräder einzusetzen. Die Räder sollen während der Vorführung innerhalb der markierten Wettkampffläche verwendet werden. Ein Überturnen der Wettkampffläche gibt kein Abzug.

Rhönräder dürfen während des Programms auch kurz leer stehen, sei dies aus choreografischen Gründen oder zur Vorbereitung eines Wechsels. Das Rad ist sicher zu positionieren und soll das Gesamtbild nicht beeinträchtigen.

2.4 Bodenbeschaffenheit

Für das Rhönrادturnen eignet sich ein Turnhallenboden oder Parkettboden. Der Boden muss eben, sauber und möglichst frei von Magnesia sein, da Rückstände in Kombination mit dem Rad zu Rutschgefahr führen können.

Ein rauer Boden ist ungeeignet, da er die Gummibeschichtung der Räder beschädigen kann. Zudem ist das Turnen auf Rasen nicht möglich.



3. Zusammensetzung des Programms

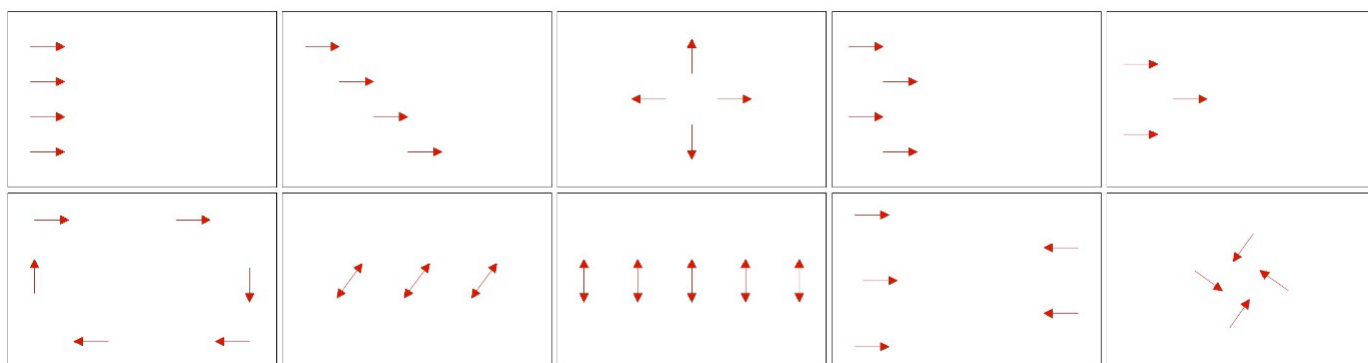
- Jede turnende Person muss sechs verschiedene Elemente aus dem Elementkatalog EGT, angewendet auf das Rhönradturnen, zeigen.
- In jedem Programm müssen Abgänge enthalten sein. (z.B. Sprung aus oder ab dem Rad)
- In jedem Programm muss eine Spirale in beliebiger Form gezeigt werden.
- Die Disziplin Gerade muss gezeigt werden, dabei soll die Anzahl Personen im Rad variieren.
- Bindungsteile müssen in beliebiger Form gezeigt werden

Wird es im Programm nicht gezeigt, gilt dies als Verstoss gegen die Weisungen.

3.2 Formationen

Die Formationen sollen variabel und passend zur Musik und Gruppengrösse gestaltet sein.

Beispielformationen: (dies sind lediglich Beispiele und ist nicht abschliessend)



4. Bewertung und Wertungssystem

Die Bewertung erfolgt gemäss den allgemeinen Bestimmungen des VGT, ergänzt um spezifische Anforderungen aus dem Rhönradturnen.

4.1 Spezifische Hinweise Rhönradturnen

Synchronität

Die Bewegungen der Turnenden sollen zeitlich aufeinander abgestimmt sein. Das bedeutet, dass gleiche oder ähnliche Elemente gleichzeitig ausgeführt werden.

Da im Rhönradturnen oft unterschiedlich grosse Räder verwendet werden, kann es vorkommen, dass sich die Räder nicht exakt am gleichen Ort befinden. Dies hat keinen Einfluss auf die Bewertung der Synchronität, solange die Bewegungsabfolge klar gleichzeitig erfolgt.



4.2 Elemente Rhönradturnen

Gerade

- **Zentrale Elemente:** Befindet sich der Körperschwerpunkt während der gesamten Radumdrehung im Zentrum des Rades, handelt es sich um ein zentrales Element. Welche oft ruhig und langsam geturnt werden.
Bei Zentralen Elementen umfasst eine Übung in der Regel eine ganze Radumdrehung.



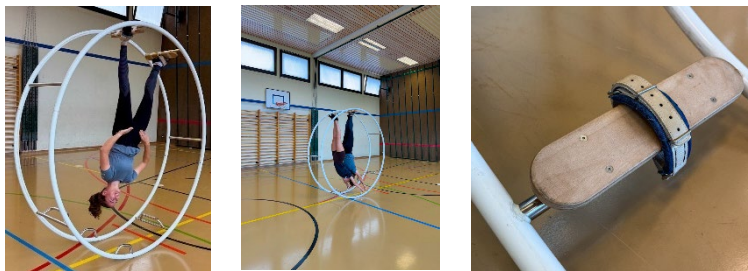
- **Dezentrale Elemente:** Sobald sich der Körperschwerpunkt ausserhalb des Zentrums befindet, handelt es sich um ein dezentrales Element. Welches sich durch schnellere, dynamischere und oft zackige Bewegungen auszeichnet.
Ein Dezentrales Element besteht meistens aus einer oberen und unteren Phase.



- **Statische Übungen:** Das Rad bleibt stehen oder bewegt sich kaum, während die turnende Person eine feste Position wie beispielsweise einen Handstand oder Brücke hält.



- **Bindungsteile:** Geradeturnen ist mit oder ohne Bindungen möglich. Die Anzahl Bindungen an den Brettern ist variabel.



Sprünge aus oder ab dem Rad können in verschiedenen Formen gezeigt werden. Dabei ist zu berücksichtigen, dass die Ausführung normal gemäss Turnsprache gewertet wird.

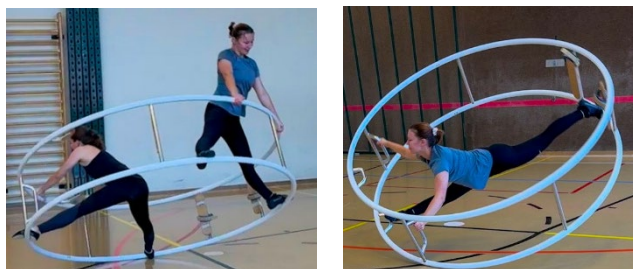


Spirale

- In der **grossen Spirale** ist der Durchmesser des Kreises auf dem Boden grösser als der Durchmesser des Rades.



- In der **kleinen Spirale** ist der Durchmesser des Kreises auf dem Boden kleiner als der Durchmesser des Rades.



- In der vertikalen Spirale rotiert das Rad in einer fast aufrechten Position auf einem Reifen. Der Kreis, den das Rad auf dem Boden beschreibt, ist sehr klein, während die Drehung um die Längsachse stattfindet.

4.3 Definition Sturz

Ein Sturz liegt vor, wenn die turnende Person unkontrolliert auf den Boden oder das Gerät fällt und der Übungsfluss dadurch unterbrochen wird. Wenn der Übungsfluss unterbrochen wird und die turnende Person danach offensichtlich nicht mehr dem Programm folgt, um wieder ins Programm einzusteigen, gilt dies ebenfalls als Sturz. Auch das Fallen nach einer Landung oder das Abstützen am Boden kann als Sturz gewertet werden.

5. Links



RHÖNRADswiss
Reglemente



stv-fsg.ch
Rhönrad



Videos
Rhönrad VGT



Reglemente stv
Geräteturnen



STV Sportarten-
portrait Rhönrad

Hinweis zu Abbildungen:

Sofern nicht anders deklariert, stammen alle Abbildungen aus eigener Erstellung.

Ausnahmen (Seite 3 - Gerade, Sprung, Spirale): <https://rh-foto.ch/Rhoenrad2025SM/>, Zugriff am 12.10.2025.