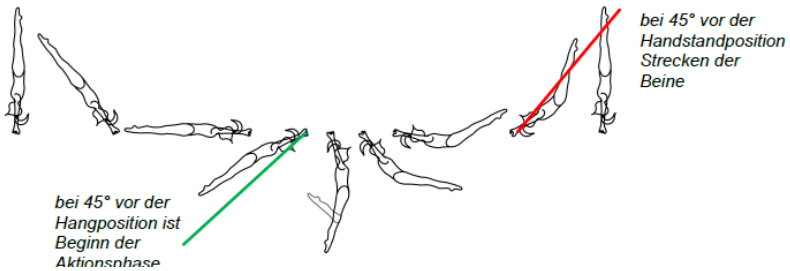
Schweizerischer Turnverband
Fédération suisse de gymnastique
Federazione svizzera di ginnastica

Fachgruppe EGT

Fragen und Antworten, Präzisierungen Wettkampfprogramm EGT 02.25

AK=Aktivkategorie / JK=Jugendkategorie

Reck

AK	**Laufkippe** Die Laufkippe wird immer aus Stand geturnt (analog Barren). Die EST wurde entsprechend angepasst.	**02.25**
AK	**Bückumschwung rw. im Ristgriff in Spagatposition** • **Frage:** Müssen die 360° in der Spagatposition erreicht werden oder dürfen die Beine früher geschlossen werden, damit das Element zählt? **Antwort:** Die Spagatposition muss nicht 360° gehalten werden. Das Schliessen des "Beinwinkels" zur Bückposition ist Teil des Elements. Das Schliessen muss eine harmonische Bewegung sein. Es soll keine Verlangsamung stattfinden.	**06.24**
AK	**Riesenfelge am Tiefreck** • **Frage:** Ist die Riesenfelge am Tiefreck mit angezogenen Beinen erlaubt? **Antwort:** Ja. Die Riesenfelge darf am Tiefreck mit angezogenen oder gegrätschten Beinen geturnt werden. Die Beine müssen bei 45° (nach dem Kurbet) wieder gestreckt bzw geschlossen sein. Abschwung in I-Pose, bei 45° vor Hangposition C- mit gleichzeitigem Winkeln der Knie, Kurbet, C+ bei Schwung vorne hoch mit Streckung der Beine bei 45° vor der Handstandposition und Streckung zur Handstandposition (Abweichung von max. 10° erlaubt) **Ristriesenfelge (Riesenfelge rw.) / Grand tour en arr. prises dors.**  	**2018** **06.24**

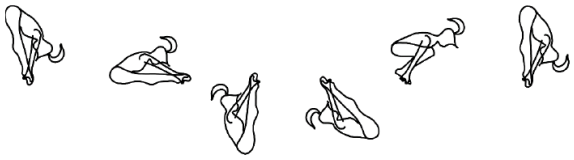
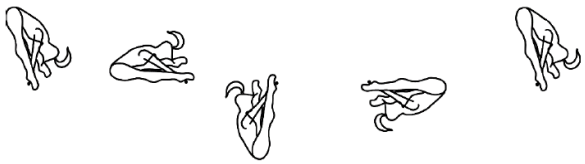
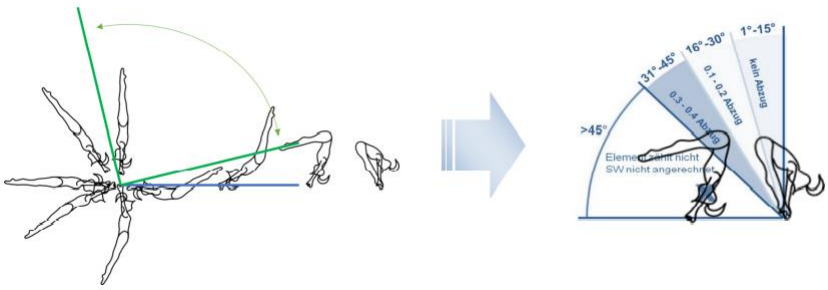
Bahnhofstrasse 38
CH-5000 Aarau

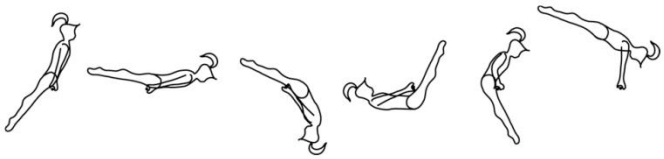
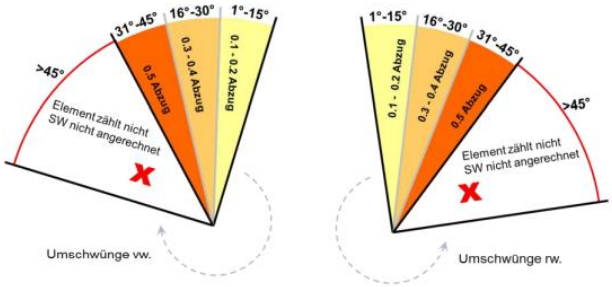
+41 62 837 82 00
stv@stv-fsg.ch
www.stv-fsg.ch

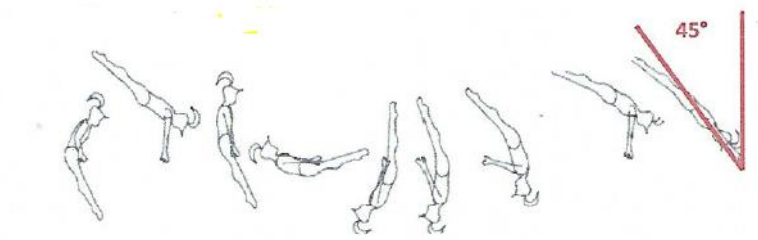
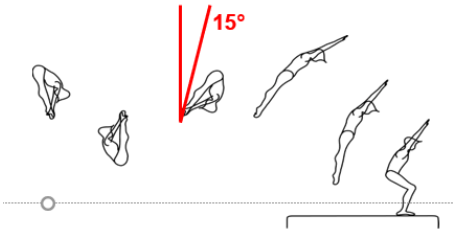
CHE-107.083.938 MWST

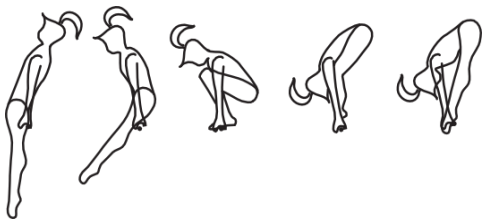
Platin Partner
Gold Partner

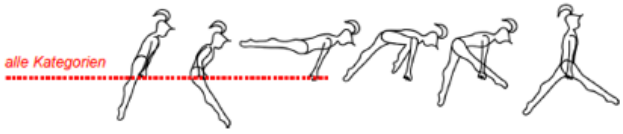
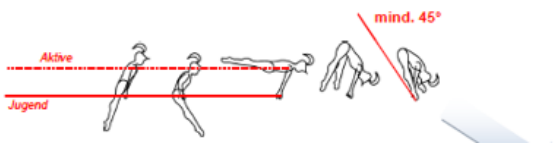
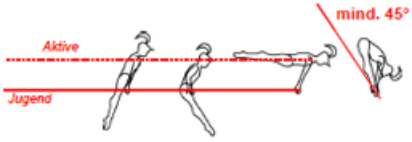
AK	**Bückunterschwung mit ½ Dr.** • **Frage:** Wann ist die LAD beendet? **Antwort:** Körper muss über die Stangenhöhe. Drehung erfolgt über die Verlängerung zum I in die Vorbereitung zur Landeposition. Die ½ Dr. muss so beendet sein, damit eine Landeposition mit offenem Hüftwinkel im C+ eingenommen werden kann.	**02.24**
JK / AK	**Mühlaufschwung:** ▪ **Frage:** Wie ist der Mühlaufschwung am Reck definiert? **Antwort:** Ausgangsstellung frei Deutliches Strecken des Körpers im Aufschwung (Kippstoss) Endposition im Spreizsitz Hüfte parallel zur Stange → Siehe Wettkampfprogramm RE K4-2	**02.24**
JK / AK	**Touchieren des Gerätes** • **Frage:** Gibt es während der Übung ein Touchieren des Gerätes, welcher Abzug wird gemacht - kleiner mittlerer oder grosser Fehler und wann zählt es als Sturz? **Antwort:** Analog Barren - Wird die Bewegung nicht gestört, ein kleiner Fehler. Wird die Ausführung beeinträchtig, muss ein entsprechender Technikabzug geltend gemacht werden, bis hin zu einem Sturz auf das Gerät. Es wird als Sturz taxiert, wenn der Bewegungsfluss deutlich unterbrochen wir. Ein Touchieren des Gerätes oder der Reckstange muss nicht zwingend ein Sturz bedeuten.	**02.24**
JK / AK	**Stütz rl., aufhocken zum Stand** • **Frage:** Ab wann gilt es als Sturz beim Stütz rl., aufhocken zum Stand? **Antwort:** Wird der Bewegungsfluss unterbrochen (neu angesetzt) gilt es als Sturz.	**02.24**
AK	**Kippe** Auf einigen Wettkampfplätzen wurde am Reck eine Kippe zum statischen Stütz geturnt, gefolgt von einem Einspreizen. Für dieses Element benötigt es per se keinen Rückschwung. Das folgende Element startet aus einer statischen Position. Am ZK 2023 wurde definiert: Nach der Kippe folgt immer ein Schwungelement. Der Abzug von -0.20 Punkten für einen Halt ist somit korrekt.	**09.23**
AK	**40110 Stütz vl., Grätsche über die Stange zum Grätschwinkelstütz** Präzisierung Rückschwung vor dem Element: • Vor diesem Element müssen die Füsse im Rückschwung mind. auf Stangenhöhe sein.	**02.23**

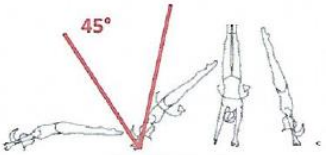
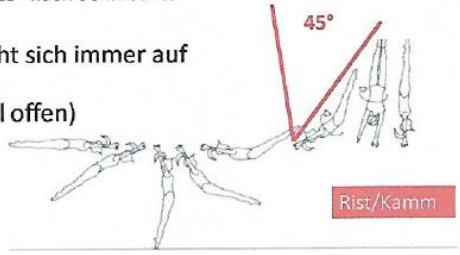
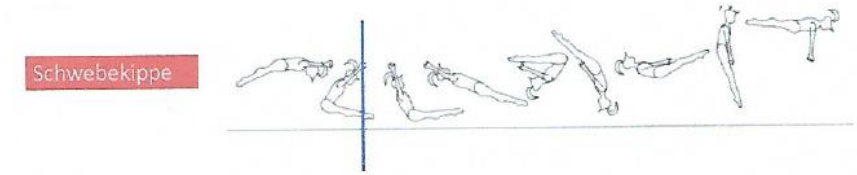
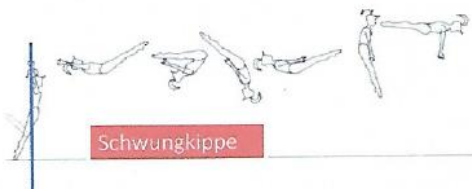
AK	**Kippe und Aufgrätschen / -bücken** Präzisierung: • Folgeelement bestimmt Höhe des Rückschwung • Kann nach der Kippe nicht weitergeturnt werden (Halt/Unterbruch), erfolgt ein Abzug von 0.20 Pt. ▪ Wird ein Aufgrätschen / Aufbücken ohne Rückschwung geturnt (Hochziehen des Gesässes), wird 0.5 Pkt abgezogen (ZK 2016) • Der Rückschwung muss in die I-Pose/leichtes C-geturnt werden, Füsse mind. Stangenhöhe (K1-4) oder Füsse mind. Schulterhöhe (K5+)	**01.23** **2022**
AK	**40415 / 40410 Umschwung** 40415: Bückumschwung rw. im Ristgriff 40410: Grätschumschwung rw. im Ristgriff Beide werden nach denselben technischen Schlüsselpunkten ausgeführt  40410: Grätschumschwung rw. im Ristgriff: Es ist erlaubt, die Beine in der Drehung nach denselben Kriterien wie bei 40415 zu beugen.  Technikbeschrieb siehe auch 2022 Umschwung vw und rw	**01.23**
AK	**Aufgrätschen / Aufbücken zur Stange aus Riesenfelge rw.** • Beginn des Elements nach der Horizontalen (blaue Linie) • Arm/Rumpfwinkel nur leicht verkürzen, Hauptaktion erfolgt in den Hüften ▪ Grätsch-/ Bückstand ist spätestens bei 15° nach der Vertikalen erreicht (über der Stange) • Es ist eine fliessende Bewegung, welche den Schwung unterstützt. 	**2022** **02.25**

AK	**Aufbücken zur Stange aus Riesenfelge rw. gespreizt** ▪ **Frage:** Ist es erlaubt das Element 40120 «Aufbücken zur Stange aus Riesenfelge rw.» gespreizt zu turnen, also zuerst ein Bein, gefolgt vom anderen Bein. ▪ **Antwort:** Ja, diese Ausführung ist erlaubt und wird gleich bewertet wie das beidbeinige Aufbücken. Das Element ist auch in der gespreizten Variante eine SW7.	**2017**
AK	**Felge vw** ▪ Aus dem Stütz vl. den Körper nach vorne oben ins C-schieben und Absenken bis zur Waagrechten • Schnelles Einrollen des Oberkörpers (C+) und Schliessen des Hüft-Rumpfwinkels; Beine werden gehalten ▪ Umgreifen, Beine drücken abwärts und Körper streckt zum Stütz vl  ▪ **Frage**: Darf die Felge vw. in den Stütz geturnt werden? **Antwort**: Nein, es muss ein Schwungelement folgen.	**2022** **2024**
AK	**Umschwung vw. oder rw.** • Ausgangsposition bestimmt Endposition • Je mehr die Endposition von der Ausgangsposition abweicht, um so grösser der Abzug (siehe Bild, ZK 2016) 	**2022**
JK	**Textanpassung beim Element K4-B** Der Text «aus dem Stütz» trifft nicht für alle Elemente zu und wird entfernt. Die Ausgangsposition ist abhängig vom gezeigten Wahlelement. Neue Beschreibung: ▪ Tiefreck: Unterschwünge zum Nsprg. (40306,40308,40309,40311,40314 bis 40316, 40318) ▪ Hochreck: Unterschwünge (40303 bis 40318)	**2020**

JK	**Landungen im K2** • Im K2 gibt es zwei Landungen: Aus Stütz Rückschwung zum Niedersprung (K2-5) und aus Stand Unterschwung zum Niedersprung (K2-B) • Die Landungen werden wie am Boden gewertet Maximaler Abzug für beide Landungen am Reck im K2 ist somit 0.4 Pt	**2020**
AK	**Freie <u>Felge</u> rw. (40205 und 40206)** • Körperstreckung fertig bei 45° • Körperstreckung fertig in der Horizontalen = 0.5 Pkt. Abzug • Körperstreckung erfolgt in Richtung Boden (nach unten): Freie Felge wird nicht anerkannt -> Felge rw • Angaben beziehen sich auf Körperposition (Schulterwinkel ist offen) • Werden die Arme gebeugt erfolgt in der Technik ein Abzug! • Kleiner Fehler (<= 30° gebeugt) = 0.1 Pkt. • Mittlerer Fehler (> 30°) = 0,2 bis 0.3 Pkt. 	**2015/ 2018**
AK	**Rückschwung vor der Kippe / Hochreck** • Der Rückschwung muss in die I-Pose/leichtes C- geturnt werden (Füsse mind. Stangenhöhe) • Die Kippe am Hochreck wird als Schwungkippe gewertet	**2018**
AK	**Bückfleurie (40412)** • Der Sprung von der Stange muss spätestens bei 15° vor der 12-Uhr-Position erfolgen • Ist die Hüfte senkrecht über der Reckstange beim Absprung, wird dies als «Strecksprung von der Stange» bewertet. ▪ Dies ist kein gültiger Abgang, Abzug 1.2 Pkt da ein Basiselement als Abgang geturnt wird.  ▪ Präzisierung Abzüge Bückfleurier: Die Definition aus dem ZK 2018 hat weiterhin ihre Gültigkeit. Die am ZK gezeigten Winkelabzüge finden keine Anwendung. **Die Öffnungsphase muss aktiv nach vorne oben erfolgen.**	**2018** **02.24**

JK / AK	**Übungsbeginn am Hochreck** ▪ **Frage**: Für den Übungsbeginn am Hochreck hebt der Trainer den Turner in den Stütz. Ist dies erlaubt? **Antwort**: Nein, dies wird als aktive Trainerhilfe gewertet (Abzug Jugendkategorien 0.4, Aktivkategorien 0.8). Eine Übung am Hochreck beginnt immer im Hang.	**2017**
AK	**Unterschied zwischen Stemme rw. zum Handstand mit anschliessender Riesenfelge rw. und Rückschwung mit anschliessender Riesenfelge rw.** ▪ **Frage:** Wie wird eine Stemme rw. zum Handstand mit anschliessender Riesenfelge rw. von einem Rückschwung mit anschliessender Riesenfelge rw. unterschieden? **Antwort**: Unter 80° wird es als ein Rückschwung angesehen, über 80° ist es eine Stemme rw.	**2017**
JK / AK	**Stütz rl., <u>Aufhocken</u> zum Stand** • Fliessender Ablauf • Schwung holen aus leichter C-Pose • Rasches Ausstrecken der Beine • Endposition auf Grund des nächsten Elementes: • Vorwärts: Hüfte über Stange • Rückwärts: Schulter über Stange 	**2017**
JK / AK	**Abweichungen von der Idealposition / 15 / 30 / 45 Regel** **Zum Beispiel Bückumschwung vw/rw, Riesenfelge** • 1° bis 15° - Zone gelb 0.1 bis 0.2 Abzug • 16° bis 30° - Zone orange 0.3 bis 0.4 Abzug • 30° bis 45° - Zone rot 0.5 Abzug • Grösser 45° keine Anerkennung des Elements Werden Elemente von einer Ausgangsposition in eine End-position geturnt, kommen die gleichen Zonen zur Anwendung, jedoch liegt die 1. Zone in der Toleranz und es wird kein Abzug gemacht: z.B. Wechsel Rist/Kamm, Aufbücken aus Riesenfelge rw ▪ 1° bis 15° - Zone gelb kein Abzug • 16° bis 30° - Zone orange 0.1 bis 0.2 Abzug • 30° bis 45° - Zone rot 0.3 bis 0.4 Abzug • Grösser 45° keine Anerkennung des Elements	**2017**

AK	**7/8 Bückumschwung vw. z. Durchschub mit anschliessender Felge rl. vw. z. Stütz rl. (40508)** ▪ **Frage:** Ist es erlaubt beim Element 40508 «7/8 Bückumschwung vw. z. Durchschub m. anschliessender Felge rl. vw. z. Stütz rl.» die Beine beim Bückumschwung anzuziehen? **Antwort**: Ja, der Bückumschwung darf hier mit angezogenen Beinen geturnt werden.	**2017**
JK/AK	**Definition Rückschwünge** **Felge rw. / Tour d'appui en arr.** Ausholbewegung: Füsse *mindestens Stangenhöhe* **Stütz vl. durchhocken zum Spreizsitz** **De l'appui facial, passer une j. entre les b. au siège écart transv.** Ausholbewegung: Füsse *mindestens Stangenhöhe*  **Stütz vl. durchhocken zum Stütz rl.** **De l'appui facial, passer les j. serrées entre les b. à l'appui dors.** Ausholbewegung: Füsse *mindestens Stangenhöhe* **Aufgrätschen/-bücken; aus Stütz oder Stemme** Ausholbewegung: *Füsse mindesten Schulterhöhe*; dies gilt für die Ausführung aus dem Stütz, sowie auch bei der Schwung- oder Schwebekippe als vorangehendes Element Bei der Stemme rw. zum Aufgrätschen oder Aufbücken (6) muss der *Rückschwung mindestens Stangenhöhe* sein bevor die Aufgrätsch- oder Aufbückbewegung gestartet wird. Aufgrätsch/-bück Position ist mind. 45° (bezieht sich auf den KSP) **Stütz vl., aufgrätschen zum Stand** **De l'appui facial, prise d'élan et venir en fermeture carpée écartée sur la barre**  **Stütz vl., aufbücken zum Stand** **De l'appui facial, prise d'élan et venir en fermeture ca** 	**2016**

	Stemme rw. zum Aufgrätschen oder Aufbücken **Etablissement en arr. à l'appui j. écartées ou serrées sur la barre** 	
AK	**Rist/Kamm und Kamm/Rist** • Drehung erfolgt innerhalb von 45° • **Bei Kamm/Rist** – Beginn: bei ca. 20° vor der Senkrechte – Beendet: 20-25° nach Senkrechte • **Bei Rist/Kamm** – Beginn: bei ca. 30° vor der Senkrechte – Beendet: 0-15° nach Senkrechte • Angaben bezieht sich immer auf Körperposition (Schulterwinkel offen)  	**2015**
AK	**Schwung-/Schwebe<u>kippe</u>** • Schwebekippe: Füsse passieren zuerst die Senkrechte • Schwungkippe: Hüfte passiert zuerst die Senkrechte   **<u>Ergänzung Hochreck</u>** • vor einer Kippe wird ein technisch korrekter Rückschwung geturnt • somit wird in allen Fällen eine Schwungkippe geturnt	**2015**

AK	**Bück- oder Grätschumschwung rw. oder vw.** • Ein Umschwung wird definiert als 360°Drehung um die Stange. Dieser kann mit gestreckten oder mit angezogenen Beinen geturnt werden. ▪ Bückumschwung rw. nach 7/8 Bückumschwung Ein Umschwung ist eine 360° Drehung. Wird nach der Endposition des 7/8 Umschwunges mit Griffwechsel ein Umschwung bis wieder zu dieser Position geturnt, entspricht dies einem Bückumschwung rw. Beispiel: 7/8 Bückumschwung vw. mit Griffwechsel, Bückumschwung rw., Bückunterschwung zum Nsprg entspricht 3 zählbaren Elementen (SW 5/6/6)	**2014**
JK	**K3-4 / K4-12: Aus Stand: Vor- und Rückschweben** • Folgt ein Mühlaufschwung, darf eine Hand gelöst werden. Folgt ein Felgaufschwung/-zug im Kammgriff darf der Griffwechsel gemacht werden. Beim Lösen des Griffes und Felgaufzug im Ristgriff Abzug 0,2 Pkt.	**2014**
JK/AK	**Fehlender Rückschwung** ▪ Wird ein Aufgrätschen/Aufbücken ohne Rückschwung geturnt (Hochziehen des Gesässes) wird 0.5 Pt abgezogen Das gilt auch wenn dies in Verbindung geturnt wird, z.B. Schwungkippe, Aufgrätschen und Grätschunterschwung	**2014**