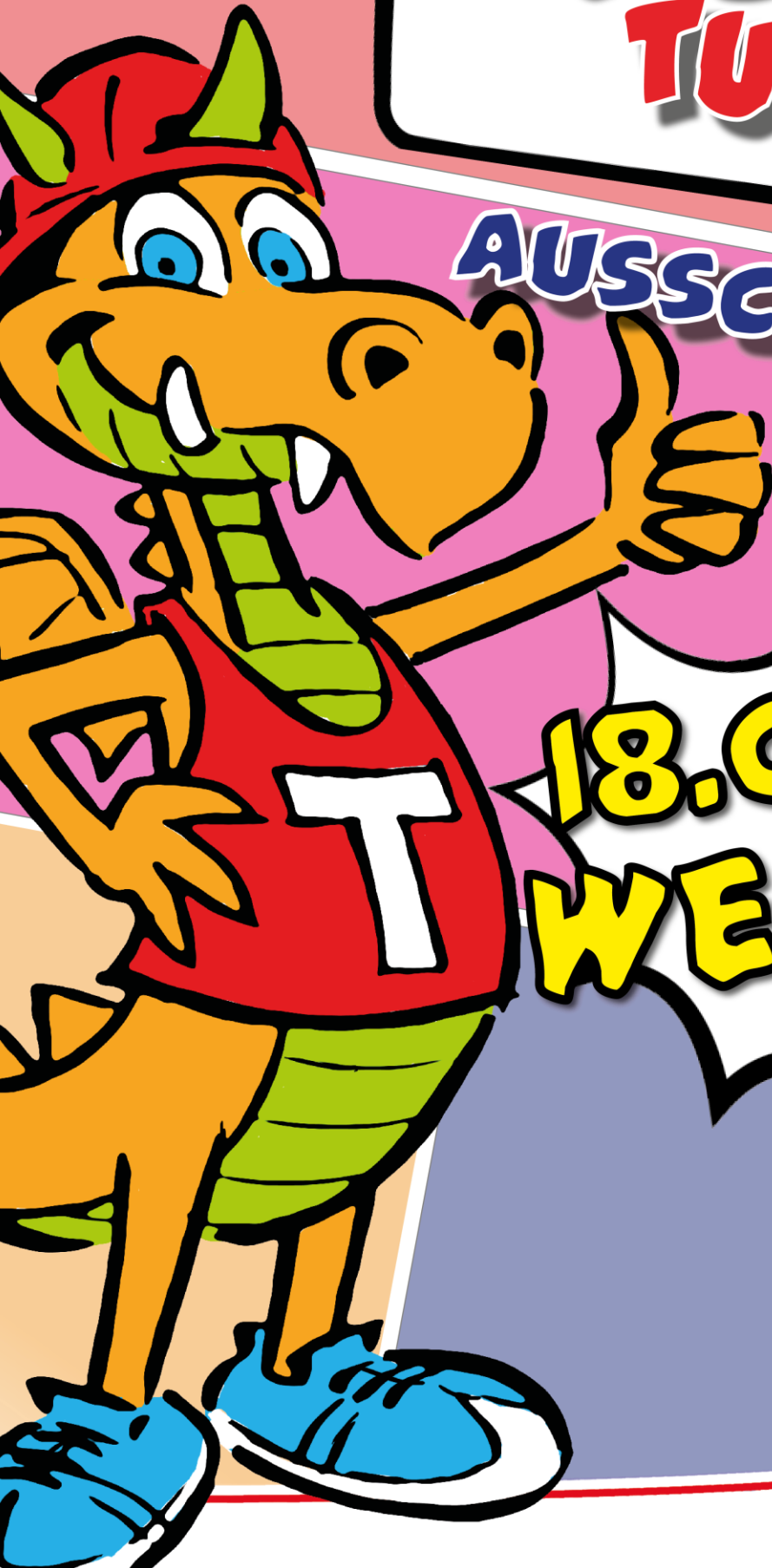




REGIONAL TURNFEST

AUSSCHREIBUNG

18.06.2023
WEINHEIM



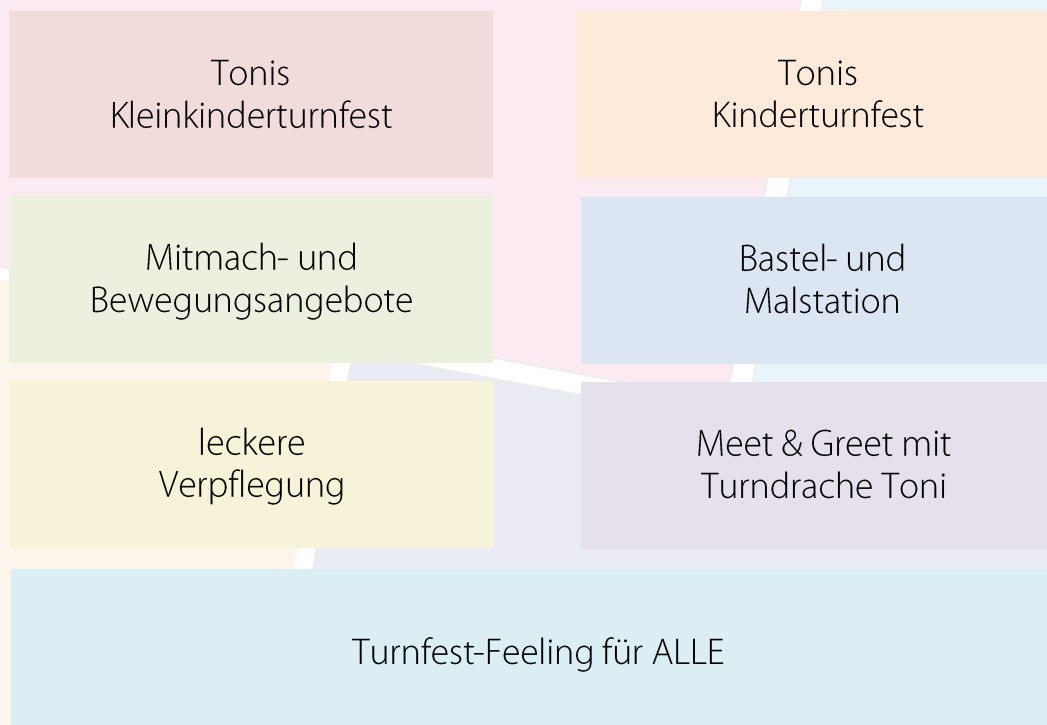
Endlich wieder Turnfest-Feeling für ALLE!

Der Rhein Hessische Turnerbund und die Turnschule Weinheim laden alle Vereine und Interessierten recht herzlich zum Regionalturnfest Alzey 2023 ein.

- **Veranstalter:** Rhein Hessischer Turnerbund e.V.
- **Ausrichter:** Turnschule Weinheim/Rhein Hessen 2006 e.V.
- **Termin:** Sonntag, 18. Juni 2023
- **Uhrzeit:** 9.00-18.00 Uhr
- **Ort:** Riedbachhalle Weinheim (Muskatellerweg 22, 55232 Alzey-Weinheim)
- **Anmeldung:** Anmeldeformular an info@rhtb.de (kann per E-Mail angefordert werden, Meldeschluss 06.06.2023, 23.59 Uhr)

Der Spaß am gemeinsamen Sport steht im Vordergrund des Regionalturnfests. Neben einem breitensportlichen Wettkampf ohne Leistungscharakter und nach dem Belohnungsprinzip wird ein buntes Bewegungs- und Spielprogramm geboten – für ALLE, egal ob Groß oder Klein.

Was euch alles erwartet?



Wir freuen uns auf ein großartiges Regionalturnfest Alzey mit euch!



Tonis Kleinkinderturnfest

Das Kleinkinderturnfest richtet sich an alle Kinder zwischen 3-6 Jahre (Jahrgänge 2020-2017).

Die Teilnehmer*innen durchlaufen mit einer Riegenführung vereinsweise **10 tierische Stationen** und stempeln diese ab.

Jede*r Teilnehmer*in erhält eine Urkunde sowie eine kleine Anerkennung.

Übungen für Kleinkinder

Station	Übung
1. Ich bin so schnell wie ein Leopard.	25 Meter so schnell laufen wie möglich.
2. Ich kann so weit springen wie ein Känguru.	Dreimal so weit springen wie möglich.
3. Ich spiele mit einem Ball wie ein Delfin.	Einen Tennisball so weit werfen wie möglich.
4. Ich bin so stark wie ein Bär.	Einen 3kg-Medizinball bis zur Markierung tragen.
5. Ich kann wie ein Flamingo stehen.	So lange einbeinig stehen wie möglich.
6. Ich kann klettern wie ein Affe.	Die Bank rückwärts überqueren sowie auf dem Bauch nach oben ziehen.
7. Ich kann fliegen wie ein Vogel.	In Bauchlage auf dem Gymnastikball balancieren.
8. Ich laufe ganz vorsichtig wie ein Reh.	Die Bank mit einer mittigen Drehung und einer Hocke überqueren sowie einen Strecksprung machen.
9. Ich kann kriechen wie eine Schlange.	Die Hindernisse kriechend überwinden und das Rollbrett in Bauchlage steuern.
10. Ich kann Kunststückchen wie eine Robbe.	Von der Rückenlage eine Drehung auf den Bauch, in die Hocke springen und eine Rolle vorwärts sowie einen Strecksprung machen.



Tonis Kinderturnfest

Das Kinderturnfest richtet sich an alle Kinder zwischen 5-8 Jahre (Jahrgänge 2018-2015).

Es werden **6 Aufgaben** nach dem Belohnungsprinzip absolviert – je nach absolvierter Schwierigkeit (Stufe 1-4) wird mit bis zu 4 Sternchen pro Station (Stufe 1 mit 1 Stern, Stufe 2 mit 2 Sternen usw.) belohnt.

Jede*r Teilnehmer*in erhält eine Urkunde sowie eine Medaille.

Übungen für Kinder	
Sprung	
Anlauf + Sprint 1. aus dem Stand 2. aus dem Sitz 3. aus der Bauchlage 4. aus der Rückenlage	Absprung/Landung 1. Prellsprünge im Brett 2. Kasten / Brett / Strecksprung 3. Anlauf / Brett / Strecksprung in WB (< 5m Anlauf) 4. Anlauf / Brett / Rolle (60cm Mattenberg)
Reck	
Hang-/Griffkraft 1. Hang (5 Sek.) / sichere Landung 2. Hangeln-Hang (2 Sek.) / sichere Landung 3. Hang-Griffwechsel-Hang-C / Position sichere Landung 4. Hang-C+ / C-Position-Hang / ½ Drehung / sichere Landung	Stützkraft/Schwung 1. Stütz springen / ab- und wieder Stütz springen 2. Stütz / hoher Stütz / Rückschwung / Landen 3. Stütz / hoher Stütz / Rückschwung / Absenken (Rolle vorne kontrolliert ab) / Landen hinter der Stange 4. Aufschwung / hoher Stütz / Rückschwung / Absenken (Rolle vorne kontrolliert ab) / Landen hinter der Stange
Balken	
1. ½ Balken laufen (Arme Seithalte) / Senken in die Hocke (Arme Hüfte) / Ballenstand (2 Sek.) / Laufen / Abgang 2. 2 Schritte (Arme Seithalte) / Senken, Hocke / Ballenstand (2 Sek.) / 2x Vorspreizen / Einbeinstand rechts / Einbeinstand links / Abgang 3. 2x Vorspreizen / 2x ¼ hoch seitwärts / 2x ½ hoch seitwärts / im Ballenstand 2 Schritte / Einbeinstand rechts / Einbeinstand links / Strecksprung / Abgang 4. 2x Vorspreizen / ½ Drehung beidbeinig / 2 Schritte rückwärts / Einbeinstand rechts / Einbeinstand links / Strecksprung / 5x Ballenstand-Schritte / Standwaage	
Boden	
1. Strecksprung / Absenken in Rückenlage / Drehen in Bauchlage / Liegestütz / Anhocken / 2x Hasenhüpfer / 2x Vorspreizen 2. 2x Vorspreizen / Strecksprung / Rolle vorwärts / Absenken in Kerze / Rückenlage drehen in die Bauchlage / Flieger 2 Sek. / Liegestütz / Anhocken / Kopfstand / Abrollen 3. 2x Vorspreizen / Handstand / Absenken in Kerze / Schiffchen (Rückenlage) / Drehen in den Flieger 2 Sek. (Bauchlage) / Liegestütz / Anhocken / Strecksprung / Hocksprung / Rolle vorwärts 4. 2x Vorspreizen / Handstand / Absenken in Kerze / Rückenlage / Brücke / Schiffchen / Drehen in den Flieger 2 Sek. (Bauchlage) / Liegestütz / Anhocken / Strecksprung / Hocksprung / Rad	
Parallelbarren (Jungs)	
1. Stütz / zurück in Stand / Springen in Stütz / Landen 2. Stütz / 3x Schwingen / zurück in Stand 3. Stütz / 3x Schwingen / Grätschsitz / Stütz / zurück in Stand 4. Stütz / 3x Schwingen / freier Grätschsitz / Ansatz Winkelstütz / 2x Schwingen / zurück in Stand	



Die nachfolgenden Informationen und Hinweise sind bitte vor Anmeldung sorgfältig durchzulesen!

Hinweise	
Zielgruppen	<ul style="list-style-type: none"> • Am Kleinkindturnfest können an alle Kinder zwischen 3-6 Jahre (Jahrgänge 2017-2020) teilnehmen. Am Kinderturnfest können alle Kinder zwischen 5-8 Jahre (Jahrgänge 2015-2018) teilnehmen. • Es ist ein Breitensportlicher Wettkampf ohne leistungsorientierten Charakter (nach dem Belohnungsprinzip). • Es wird kein DTB-Startpass benötigt!
Anmeldung	<ul style="list-style-type: none"> • Meldetool: Anmeldeformular an info@rhtb.de (kann per E-Mail angefordert werden) • Anmeldeschluss: 06.06.2023 23:59Uhr • Meldegebühr: 8,00 € pro Person und Wettkampf • Nur Vereinsmeldungen sind möglich. • Eine Nach- oder Ummeldung ist nur bis zum Meldeschluss möglich! • Das Meldegeld wird nach dem Turnfest im SEPA-Lastschriftverfahren durch den Rhein Hessischen Turnerbund eingezogen. • Auch bei Nichtantritt wird das Meldegeld fällig!
Geräte	<ul style="list-style-type: none"> • Balken: Höhe 1 Meter + Weichbodenmatte, kein Aufgang, Abgang: Strecksprung • Parallelbarren: Kastengasse oder sehr enger Barren + Weichbodenmatte
Helfer*innen	Je angefangene fünf Teilnehmende ist ein*e Helfer*in zu stellen und namentlich anzumelden. Diese können während des Einsatzes keine Betreuung ihrer Gruppe übernehmen.
Zeitplan	Kleinkindturnfest: 9.00-13.00 Uhr / Kinderturnfest: 13.00-18.00 Uhr / Mitmach- und Bewegungsangebote 9.00-17.00 Uhr
Einsatzplan	Der Einsatzplan der Helfer*innen wird allen gemeldeten Vereinen nach Meldeschluss zugeschickt.
Parken	Die Parkplatzmöglichkeiten sind durch eine Baustelle direkt vor der Sportstätte eingeschränkt. Bitte parkt daher weitläufig in den umliegenden Straßen und plant einen Fußweg ein. Bei Möglichkeit wird empfohlen zu Fuß oder mit dem Fahrrad anzureisen.
Veröffentlichung von persönlichen Daten und Fotos/ Datenschutz	Mit der Meldung erklären sich die Teilnehmenden bzw. deren Erziehungsberechtigte damit einverstanden, dass persönliche Daten (Name, Vorname, Jahrgang), Ergebnisse sowie offizielle Fotos und Filmaufnahmen, die im Zusammenhang mit der Teilnahme am Regionaltturnfest stehen, für redaktionelle Zwecke im Internetauftritt bzw. in Druckmedien des Rhein Hessischen Turnerbund e.V. und der Turnschule Weinheim/Rhein Hessen 2006 e.V. veröffentlicht werden dürfen.
Informationen	Alle Informationen rund um das Regionaltturnfest Alzey können unter www.rhtb.de (Themen > RhTB > Turnfeste) nachgelesen werden. Bei fachlichen Fragen steht das regioTEAM Alzey (Laura Martin, E-Mail martin@rhtb.de , Mobil 0151/23617963) und bei allgemeinen Fragen die RhTB-Geschäftsstelle (Julia Göttelmann, E-Mail info@rhtb.de , Telefon 06131/9417-14, Mobil 0157/85518825) zur Verfügung.

