

Informationsblatt

der Gerätturngruppe des TV Lorch

Gegründet wurde die Gerätturngruppe der Mädchen im August 1995 mit 8 Turnerinnen und die der Jungen im Herbst 1999 (bis 2007) mit 5 Jungs von Ursula Boos und Ute Bengel. Die momentane Gruppenstärke beträgt 19 Mädchen und 1 Junge.

Trainerinnen zurzeit: Kathrin König, Vivian Klotz, Ursula Boos, Samira Baier, Bianca Hellerbach, Felicitas Hellerbach

Lizenzkampfrichter zurzeit: Ursula Boos, Gabi Henke, Kathrin König, Bianca Hellerbach, Samira Baier, Marie Magerl.

Trainingszeiten :

P2 – P5 (Basic)	Mittwoch	17:00 – 19:00 Uhr
P4 – P8	Mittwoch	17:00 – 19:00 Uhr
P4 – P8	Samstag	09:00 - 11:00 Uhr

Regelmäßige Teilnahme am Training ist erwünscht.

Sollte das Training nicht wahrgenommen werden können, wird um rechtzeitige Absage gebeten.

Die Turnerinnen trainieren die Elemente und vorgegebenen Übungsfolgen der P-Stufen (Pflichtübungen), die vom Deutschen Turnerbund festgelegt werden.

Die Sportart ist nicht unbedingt für jeden geeignet. Aus diesem Grund und auch aus gesundheitlichen Gründen behalten sich die Trainerinnen vor, für den Sport ungeeignete Mädchen von der weiteren Teilnahme am Training abzuraten.

Die Teilnahmeverpflichtung an Wettkämpfen wird zum 01.08.2021 aufgehoben.

Möchte eine Turnerin an den Wettkämpfen unseres Turnbaus Süd-Nassau teilnehmen, wird sie im Training darauf vorbereitet und beim Wettkampf begleitet und unterstützt. Ebenso wird eine dann benötigte Kampfrichterin vom Verein gestellt. Eine Zusage zur WK-Teilnahme ist bindend.

Die Turnerinnen nehmen an den P- Stufen -Wettkämpfen (Pflichtübungen) des Turngau Süd-Nassau teil, die über das Jahr verteilt in Wiesbaden ausgetragen werden. Geturnt wird nach

dem gültigen Aufgabenbuch < Gerätturnen Wettkampfform P> des Deutschen Turner Bundes.

Die Schwierigkeitsstufen werden mit P1- P9 bezeichnet. Der Aufbau der Übungen ist methodisch, d.h., die Übungen bauen aufeinander auf bzw. steigern sich in Bezug auf die Schwierigkeit der einzelnen Elemente. Somit ist es auch, außer bei kleinen Ausnahmen, sinnvoll, eine P-Stufe nach der anderen zu erlernen.

Es wird auf eine exakte Ausführung der Übung Wert gelegt. Erst dann fängt die Turnerin mit dem Einüben der nächsthöheren Übung an.

Welche P-Stufe die Mädchen dann letztendlich bei den Wettkämpfen turnen ist abhängig von der Ausschreibung der Wettkämpfe hinsichtlich des Alters und des Könnens und der gegebenen Mannschaftssituation innerhalb des Vereins.

Über das Jahr verteilt besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an folgenden Wettkämpfen:

- **Gau – Einzelmeisterschaft**
- **Gaurunde (2 Wettkämpfe) Mannschaften**
- **Gaukinderturnfest (bis 11 Jahre)**
- **Event. Hallenkinderturnfest (bis 11 Jahre)**
- **Vereinsmeisterschaft im Gerätturnen in Lorch**

Die Turnfeste dienen als Einstieg in das Wettkampfgeschehen und Turnerinnen, die schon länger turnen haben dort die Gelegenheit, für sie neue, höhere P-Übungen ohne Meisterschaftsdruck auszuprobieren.

Falls mehrere Turnerinnen Interesse haben an der Gaurunde teilzunehmen, müssen die Trainerinnen schauen, ob in Hinsicht auf Alter und Leistung eine Mannschaft (4-6 TUI) gebildet werden kann. Dies gibt die Ausschreibung des Turngaus vor.

Die Turnjahrgänge richten sich nach dem Kalenderjahr, also Jan. – Dez. und **nicht nach den Schuljahrgängen**. Der von den Turnerinnen erstrebte Erfolg bei den Wettkämpfen setzt Leistungseinsatz und regelmäßiges Training voraus.

Ziel ist es, allen Turnerinnen, die möchten, die Teilnahme zumindest an den Mannschaftswettkämpfen zu ermöglichen, was oft wegen den verschiedensten Gründen (Anzahl, Alter, Können) sich recht schwierig gestaltet.

Bei der Einteilung der Mannschaften kommt es darauf an, dass sich die Turnerinnen mit ihren einzelnen Leistungen optimal ergänzen, aber auch gegenseitig bei Krankheitsausfällen vertreten können. Manchmal kommt es dann zum Zurückziehen einer Mannschaft aus dem Wettkampf.

An der Einzelmeisterschaft können nur Turnerinnen teilnehmen, die alle 4 Geräte in ihrer Leistungsstufe beherrschen.

Über die Jahre verteilt konnte der TV Lorch fast ausschließlich gute bis sehr gute Ergebnisse erzielen:
mehrere Gaeinzelmeisterinnen
mehrere Gaurundensieger

und Gaumannschaftsmeister
außerdem mehrere 2. und 3. Plätze

Den Erfolg verdankt die Wettkampfturngruppe nicht zuletzt auch dem Einsatz der Kampfrichter, Turnkindereltern und etlichen Helfern, ohne die nichts ginge. Vielen Dank! Außerdem möchten wir uns beim Vereinsvorstand bedanken, der die Gruppe stets unterstützt.

Mehr Informationen über das Wettkampfturnen im TV Lorch können sie außerhalb der Trainingszeiten von den Trainerinnen bekommen:

Ursula Boos 06726/9870 o. 0152 37826311

Kathrin König 01573 4832452

Zum Schluss möchten wir dem Leser noch einen Bericht von Florian Frank ans Herz legen, den er 1999 in der Zeitschrift „Deutsches Turnen“ veröffentlichte. Jedem einzelnen geschriebenen Wort stimmen wir 100%ig zu.

7 Argumente fürs Gerätturnen

Gerätturnen ist eine Grund- und Kernsportart, die wie keine andere zu einer **optimalen körperlichen Entwicklung** im koordinativen und konditionellen Bereich beiträgt.

Die turnerischen Bewegungen haben durch eine **Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur** eine positive Auswirkung auf die menschliche Haltung und Stabilität und wirken Schädigungen entgegen.

Besser als jede andere Sportart kann Gerätturnen die Aspekte des dreidimensionalen Bewegens im Raum und der **vielfältigen Körpererfahrungen** vermitteln. Der Mensch wird buchstäblich von den Beinen geholt und lernt die dritte Dimension des Raumes kennen: Abspringen und Fliegen, Drehen und Überschlagen, Schwingen, Schaukeln, Überkopfhängen und das Gleichgewicht halten gehören dazu.

Gerätturnen fördert in hohem Maße das Erfahren von Körpergefühl und das **Erleben** von Koordination, Spannung, Angst und Überwindung.

Positive Werte, wie Ästhetik, Eleganz, Dynamik, Kraft, Erlebnis, Abenteuer und Spaß werden im Gerätturnen anschaulich vermittelt.

Durch das Erlernen **vielfältiger Fertigkeiten** und ihren Einsatz in **Wettkampfübungen** können die Turner/innen kontrolliert in den Grenzbereich ihrer physischen und psychischen Leistungsfähigkeit vorstoßen. Daneben bietet Gerätturnen eine Fülle von Kunststücken und Bewegungsfähigkeiten an, die sich erlernen lassen und vorgeführt werden können. Dies alles trägt zur Stärkung von Körper- und Selbstbewusstsein bei und unterstützt die Persönlichkeitsentwicklung.

Durch das **Miteinander** im Gerätturnen lernen Kinder und Jugendliche den sozialen Umgang miteinander und gegenseitiges Vertrauen. Das Üben in Kleingruppen, das gegenseitige Helfen und Sichern und im Gruppen- und Synchronturnen erlernen Turner/innen für andere verantwortlich zu sein und Verantwortung zu übernehmen.

Ursula Boos