



Reglement Paarwettkampf

Abteilung: Turnbetrieb

Ressort: 35+

10.13

Version
09.23

Seite 1

1 PAARWETTKAMPF

Der Paarwettkampf besteht aus acht Disziplinen. Es müssen mindestens fünf davon absolviert werden. Werden sechs oder mehr Disziplinen absolviert, kommen die fünf besten Resultate in die Wertung.

1. Unihockey-Slalomlauf
2. Ballprellen
3. Seilspringen auf der Matte
4. Medizinball um Hüfte
5. Geschicklichkeitslauf
6. Zielkugelstossen
7. Korbwurf
8. Distanzlauf 1000m mit Stabübergabe

1.1 Teilnahmeberechtigt

Interessierte Turnerinnen und Turner ab 14 Jahren mit STV-Mitgliedskarte sind teilnahmeberechtigt.

1.2 Kategorien

Frauen		
A	Juniorin	bis Jg. 2005
B	Aktive	Alter offen
C	35+	ab Jahrgang 1989
D	55+	ab Jahrgang 1969

Männer		
A	Junior	bis Jahrgang 2005
B	Aktive	Alter offen
C	35+	ab Jahrgang 1989
D	55+	ab Jahrgang 1969

Mixed		
A	Junioren	bis Jahrgang 2005
B	Aktive	Alter offen
C	35+	ab Jahrgang 1989
D	55+	ab Jahrgang 1969

Generell ist der Jahrgang massgebend.

1.3 Kampfrichter

Jeder Verein stellt je nach Anmeldezahl Hilfs- Kampfrichter, die nicht starten dürfen.
(s.a. tkt2024 WKV, Anhang 4)

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	tkt2024
WKL	12.09.23	sofort	WKL		Von	rb		
					Grund	Anpassung ans tkt2024		



Reglement Paarwettkampf

10.13

Version
09.23

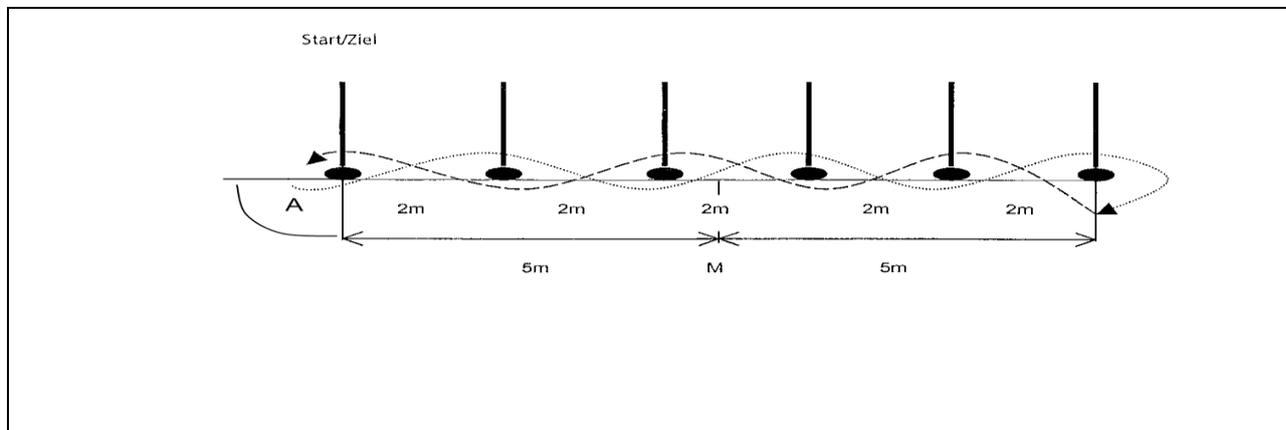
Abteilung: Turnbetrieb

Ressort: 35+

Seite 2

1.4 Wettkampfbeschreibung Paarwettkampf

1.4.1 Unihockeyslalomlauf



Wettkampfzeit	90 Sekunden
Versuche	1
Geräte	6 Malstäbe, 1 Ball, je einen Unihockey-Stock, Markierung der Linie Start/Ziel, Stoppuhr, Handzählapparat
Ausführung	T1+ T2 stehen auf der Startseite hinter Linie. Start: T1 führt einen Ball mit dem Unihockeystock im Slalom um die 6 Malstäbe und zurück im Slalom zum Ziel gemäss Zeichnung, Übergabe an T2 im Start-Viertel A. T2 legt die gleiche Strecke zurück wie T1. T1 + T2 wechseln sich mit jeder Runde ab. Umgeworfene Stäbe müssen sofort wieder durch den momentanen Läufer aufgestellt werden. Jeder Malstab muss umlaufen werden. Ein defekter Ball darf ausgetauscht werden.
Wertung	Jeder Lauf von A nach B oder von B nach A zählt 5 Punkte. Jeder angefangene Lauf zählt pro Malstab, welcher umlaufen worden ist, 1 Punkt. Wird der Ball mit dem Fuss berührt, gibt es pro Berührung 1 Punkt Abzug. Wird ein Malstab nach dem Umwerfen nicht aufgestellt, werden 5 Punkte abgezogen.

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	tk2024
WKL	12.09.23	sofort	WKL		Von	rb		
					Grund	Anpassung ans tkt2024		

1.4.2 Ballprellen

Wettkampfzeit	90 Sekunden
Versuche	1
Geräte	1 Basketball, 1 Volleyball, 2 m Dachlatte, Seitenbegrenzung, Stoppuhr, Handzählapparat
Ausführung	Basketball/Volleyball fortlaufend gegen die Wand prellen und wieder auffangen. Distanz 3.0 m Wurfart frei Frauen Volleyball Männer Basketball
Wertung	Es zählt die Anzahl der ohne Bodenberührung zurückkehrenden Bälle. Bei Frühstart wird der erste Versuch nicht gezählt. Übertretene Versuche werden nicht gezählt. Der Balken oder die Linie darf nicht betreten werden.

1.4.3 Seilspringen auf 16 cm Matte + 6 cm Matte

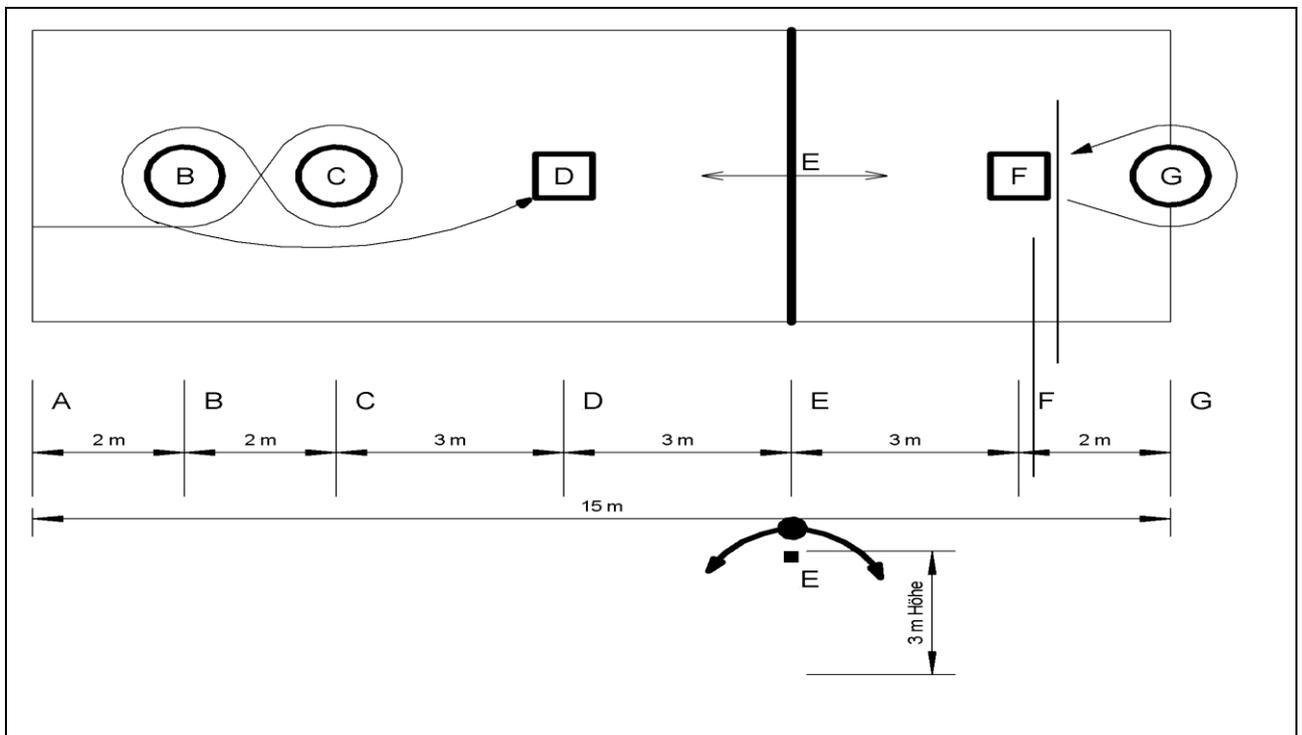
Wettkampfzeit	60 Sekunden
Versuche	1
Geräte	1 Matte 16 cm, 1 Matte 6 cm, 1 Sprungseil, 1 Zähler (1 Stoppuhr)
Ausführung	Jedem/r Teilnehmer/in steht eine Matte mit Sprungseil zur Verfügung. Beim Start liegt das Seil hinter den Füßen, auf Kommando schwingt das Seil über den Kopf und unter den Füßen durch. Hüpfart ist frei.
Wertung	Es zählt die Summe der vollständigen Umdrehungen (Durchgang) beider Teilnehmer. Kat. F1, F2, F3, M1, M2, M3 springen auf der 6cm + 16cm Matte Kat. F4, M4 springen auf der 6cm Matte Kat. F5, M5 springen ohne Matte

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	tk2024
WKL	12.09.23	sofort	WKL		Von	rb		
					Grund	Anpassung ans tkt2024		

1.4.4 Medizinball um die Hüfte

Wettkampfzeit	90 Sekunden
Versuche	1
Geräte	Frauen: Medizinball 2 kg (Grösse frei wählbar) Männer: Medizinball 2kg gross, 3kg klein, frei wählbar 2 Zähler (1 Stoppuhr)
Ausführung	Jedem/r Teilnehmer/in steht ein Medizinball 2 kg, bzw. 3kg zur Verfügung. Der Medizinball wird von einer Hand zur anderen Hand um die Hüfte gegeben. Jede volle Umdrehung zählt.
Wertung	Es zählt die Summe der vollständigen Umdrehungen beider TN. Wenn der Ball auf den Boden fällt, zählt die Umdrehung nicht.

1.4.5 Geschicklichkeitslauf



Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	tk2024
WKL	12.09.23	sofort	WKL		Von	rb		
					Grund	Anpassung ans tkt2024		



Reglement Paarwettkampf

10.13

Version

09.23

Abteilung: Turnbetrieb

Ressort: 35+

Seite 5

Versuche	1
Geräte	3 Fass, 2 Harassen, 1 Hindernis Höhe 3 m, 3 Gymnastikbälle, 1 Stoppuhr
Ausführung	Nach dem Start T1 (A) zwei Fässer (B und C) in Achterbahn umlaufen, den ersten Gymnastikball aus der Harasse (D) nehmen, über die 3 m hohe Begrenzung (E) werfen, auffangen und in die nächste Harasse (F) legen. Ebenso den zweiten und den dritten Gymnastikball. Um das Fass am Ende der Wettkampfstrecke (G) laufen und den ersten Gymnastikball wieder aus der Harasse (F) nehmen, über die 3 m hohe Begrenzung (E) werfen, auffangen und in die Harasse (D) legen. Ebenso den zweiten und den dritten Gymnastikball. Danach ohne Achterbahn zurück zur Start/Ziellinie. Beim Überschreiten der Ziellinie per Handschlag Start für T2 auf dem gleichen Weg wie T1. Beim Überschreiten der Ziellinie von T2 wird die Zeit gestoppt.
Wertung	Die totale Schlusszeit beider Teilnehmer/innen gilt als Punktezeit. Bei Frühstart 5 Sek. Zuschlag. Der Parcours muss korrekt gemäss oben beschriebenem Ablauf absolviert werden. Ablauffehler (Ball nicht über die Latte, nicht Umrunden der Fässer, usw.) müssen sofort korrigiert werden. Eine zweite Startmöglichkeit wird nicht gewährt.

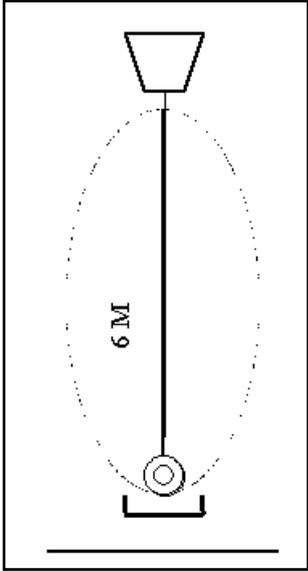
1.4.6 Zielkugelstossen

Wettkampfziel	Die Wettkampfleitung bestimmt die Zielweite und gibt sie am Wettkampftag bekannt.
Versuche	3 (kein Probe)
Geräte	Frauen: Kugel 3kg / Männer: Kugel 4kg
Ausführung	Beim Zielkugelstossen wird versucht, möglichst genau an eine vorgegebene Weite heranzustossen. Gemessen wird die Differenz zwischen der erreichten Weite und der Zielvorgabe. Jegliche Hilfsmarkierung oder Hilfestellung ist nicht erlaubt.
Wertung	Jeder Stoss wird unmittelbar nach der Ausführung gemessen und gerechnet. Die kleinste Differenz beider Teilnehmer wird zusammengezählt und der Durchschnitt ergibt die gültige Leistung.

1.4.7 Korbballwurf

Legende:

-  **Spieler mit Ball**
-  **Korb**
-  **Malstab**
-  **Laufweg**



Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	tk2024
WKL	12.09.23	sofort	WKL		Von	rb		
					Grund	Anpassung ans tkt2024		



Reglement Paarwettkampf

10.13

Version
09.23

Abteilung: Turnbetrieb

Ressort: 35+

Seite 6

Wettkampfzeit	60 Sekunden
Wettkampfziel	Möglichst viel Runden laufen und viele Treffer erzielen.
Versuche	1
Geräte	Korbball
Ausführung	Der Teilnehmer startet beim Malstab, läuft zum Korb und wirft ein. Dann nimmt er den Ball, läuft um den Malstab und beginnt von vorne. Dem Teilnehmer darf auf keine Art und Weise geholfen werden.
Wertung	1 Korbwurf 2 Punkte, pro Durchgang 1 Punkt. keine Punkte gibt es, wenn der Ball nicht durch den Korb geht und wenn der Teilnehmer nicht um den Malstab läuft.

1.4.8 Distanzlauf 1 Kilometer Wiese, (Rundbahn)

Wettkampfzeit	-
Wettkampfziel	-
Versuche	1
Geräte	Markierung Start, Ziel, bei 333m eine Linie und bei 666m eine Linie, 1 Stafettenstab, 1 Stoppuhr, Startnummern doppelt (oder für den Schlussläufer).
Ausführung	Start T1 (A) nach einer Strecke von 1/3 kann er den Stab an T2 übergeben und dieser mit dem Stab bis zum Ziel durchlaufen.
Wertung	Zeitnahme, wenn der Stab mit Läufer T2 die Ziellinie (D) überschreitet. Stabübergabe muss zwischen Punkt B 333m und Punkt C 666m stattfinden.

Erstellt:	Datum	Gültig ab	Genehmigt:	Datum	Mutation:	Ersetzt:	Version	tk2024
WKL	12.09.23	sofort	WKL		Von	rb		
					Grund	Anpassung ans tkt2024		