



**Ammersee-Sportverein Dießen e.V.**

**Ausschreibung**

**Vereinsmeisterschaften Gerätturnen und Leichtathletik**

**des Ammersee-Sportvereins**

**am Freitag, 28.06.2019**

**Turn- und Bewegungszentrum und Ammerseegymnasium Dießen,**

**Teil 1: "Freizeitturner und -Turnerinnen" +**

**"Wettkampfturnerinnen"**

<i>WK</i>	<i>Jahrgang</i>	<i>m/w</i>	<i>Geräte</i>	<i>Anzahl</i>	<i>Inhalt</i>
Freizeit	2009 + älter	w	Siehe unten	3	Turnen + LA
Freizeit	2010 + jünger	m	Siehe unten	3	Turnen + LA
Freizeit	2010 + jünger	w	Siehe unten	3	Turnen + LA
WK-Talentförderung Nachwuchs	2007 + jünger	m	Siehe unten	4	AK-Konzept
WK-Talentförderung Nachwuchs	2012 + jünger	w	Siehe unten	4	AK-Konzept
WK-Talentförderung	2010-2011	w	Siehe unten	4	Pflichtübungen

Geräte: Sprung – Reck – Balken – Parallelbarren – Boden – Ringe - Laufen

Geturnt wird nach Trainingsinhalten

Zeitplan:

Aufbau: 16:00 Uhr

Aufwärmen: 16:15 Uhr

Wettkampf incl. Einturnen am Gerät von 16:30 bis ca 18:30 Uhr

Siegerehrung erfolgt beim Sommerfest

**Teil 2: "Wettkampfturnerinnen"**

<i>WK</i>	<i>Jahrgang</i>	<i>m/w</i>	<i>Geräte</i>	<i>Anzahl</i>	<i>Inhalt</i>
WK- Kür	Ligaturnerinnen	w	Siehe unten	4	Kür LK 3
WK Talentförderung	2008-2009	w	Siehe unten	4	Pflichtübungen

Geräte: Sprung – Reck (tief und hoch) – Balken – Boden

Zeitplan:

allgemeines Aufwärmen: 18:15 Uhr

Wettkampf incl. Einturnen am Gerät von 18:30 bis ca 20:00 Uhr

Siegerehrung beim Sommerfest



**Ammersee-Sportverein Dießen e.V.**

**Teil 3: "Leichtathletik"  
am Freitag, xx.06.2019**

**Sportplatz Ammerseegymnasium Dießen,  
(bei schlechtem Wetter in der Halle)**

<i>WK</i>	<i>Jahrgang</i>	<i>m/w</i>	<i>Sprint</i>	<i>Weitsprung</i>	<i>Werfen</i>
Erwachsene	2001 u. älter	m+w	75 Meter	„normal“	Kugel 4kg bzw. 7,25kg
Jugend A/B	2002-2005	m+w	75 Meter	„ normal“	Kugel 3kg
Jugend C	2006-2007	m+w	75 Meter	„ normal“	Ball 200g
Jugend D	2008-2009	m+w	50 Meter	„Zone“	Ball 80g
Jugend E	2010-2011	m+w	50 Meter	„Zone“	Ball 80g
Jugend F	2012 u. jünger	m+w	25 Meter	„Zone“	Ball 80g

Mädchen und Jungs bzw. Frauen und Männer werden gemeinsam gewertet.

Bei weniger als drei gemeldeten Teilnehmern in einem Wettkampf werden diese Teilnehmer  
in den nächst höheren Wettkampf eingegliedert.

Zeitplan:

Aufwärmen: 16:00 Uhr

Wettkampf incl. Vorbereitung an den Disziplinen von 16:30 bis ca 19:00 Uhr

Siegerehrung beim Sommerfest