



**An alle
interessierten Männerriegen**

Adetswil, 09. Dezember 2017

Einladung zum 21. Männerturntag am 26. Mai 2018 in Bäretswil

Liebe Männerriegeleiter

Wir laden Euch herzlich zu unserem nächsten Männerturntag in Bäretswil ein.

Eure Anmeldung sollte mit beiliegendem Formular bis spätestens **10. Februar 2018**, bei gleichzeitiger Einzahlung des Startgeldes auf das Postkonto Nr. 87 - 480012 – 6, IBAN CH62 0900 0000 8748 0012 6 erfolgen. Die Teilnehmerzahl ist leider beschränkt und deshalb ist eine frühzeitige Anmeldung sinnvoll.

Jede Riege sollte mindestens einen ausgebildeten Kampfrichter anmelden, welcher bereit ist, einen ganztägigen Einsatz zu leisten.

Für Auskünfte steht der OK-Präsident, Nick Marchesi, Tel. P 044 939 12 73, Natel 079 824 67 82 oder E-Mail elfi.nick.marchesi@bluewin.ch gerne zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Eure Anmeldung und sichern Euch bereits jetzt einen sportlich und gesellschaftlich interessanten Anlass im wunderschönen Zürcher Oberland, zu.

Mit Turnergruss

Für das Organisationskomitee
Der Präsident

Nick Marchesi

- Anmeldeformular
- Anmeldeformular für Kampfrichter
- Wettkampfunterlagen
- Einzahlungsschein



OK-Präsident
Nick Marchesi
Stapfetenstrasse 14
8345 Adetswil

Anmeldung zum 21. Männerturntag am 26. Mai 2018 in Bäretswil

Verein / Riege:

Leiter / Kontaktperson und Zustelladresse

| | |
|---------------|----------|
| Name: | Vorname: |
| Strasse / Nr. | |
| Plz. / Ort | |
| Tel. Nr. P. | e-mail: |

Anmeldung

| Stärkeklasse | Startgeld pro Teilnehmer | Anzahl Teilnehmer (bitte angeben) |
|----------------------------|--------------------------|-----------------------------------|
| 1 (18 und mehr Teilnehmer) | Fr. 20.00 | |
| 2 (11 bis 17 Teilnehmer) | Fr. 20.00 | |
| 3 (6 bis 10 Teilnehmer) | Fr. 20.00 | |
| Einzelwettkämpfer | Fr. 20.00 | |

Wettkampf-Disziplinen:

1. Ballprellen
2. Unihockey-Slalomlauf
3. Medizinballstossen
4. Geschicklichkeitslauf
5. Korbwurf
6. Seilspringen
7. Zielwurf mit Tennisball

Von den 7 Disziplinen werden die besten 5 gewertet.

Achtung: Anmeldeschluss ist der 10. Februar 2018

| | | |
|------|--------|---------------|
| Ort: | Datum: | Unterschrift: |
|------|--------|---------------|

Auskünfte erteilt OK-Präsident Nick Marchesi, Tel. 044 939 12 73 oder Natel 079 824 67 82
E-Mail Adresse: elfi.nick.marchesi@bluewin.ch

Anmeldung für Kampfrichter

Name:

Vorname:

Adresse:

Tel. Nr.:

E-Mail:

Anmeldung für Kampfrichter

Name:

Vorname:

Adresse:

Tel. Nr.:

E-Mail:

Wettkampfbestimmungen

Wettkampfunterlagen: Sind frühzeitig bei der Wettkampfleitung abzuholen.

Meldezettel: Sind ausgefüllt **spätestens 1 Stunde vor Wettkampf-Beginn** der Wettkampfleitung abzugeben.

Riegenleiter: Es ist ein Riegenleiter zu bestimmen, der für einen geordneten Ablauf verantwortlich ist.

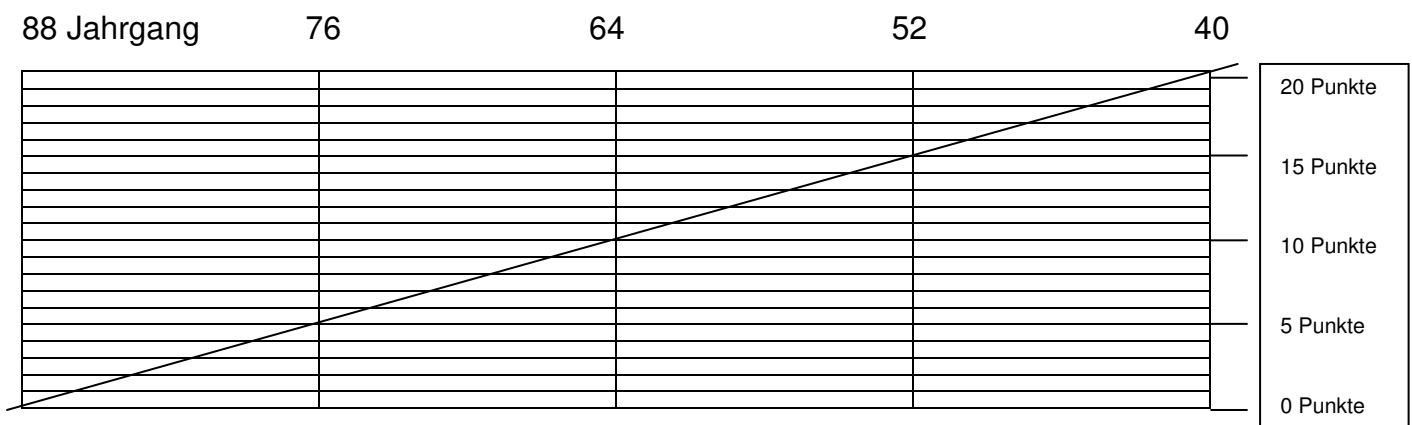
Einturnen: Ist auf den Wettkampfanlagen nicht gestattet.

Notenblätter: Sind durch den Riegenleiter **sofort** nach Wettkampfende der Wettkampfleitung abzugeben.

Schuhwerk: Nur Turnschuhe, Geräteschuhe oder Barfuss erlaubt. (keine Nagel- oder Stollenschuhe)

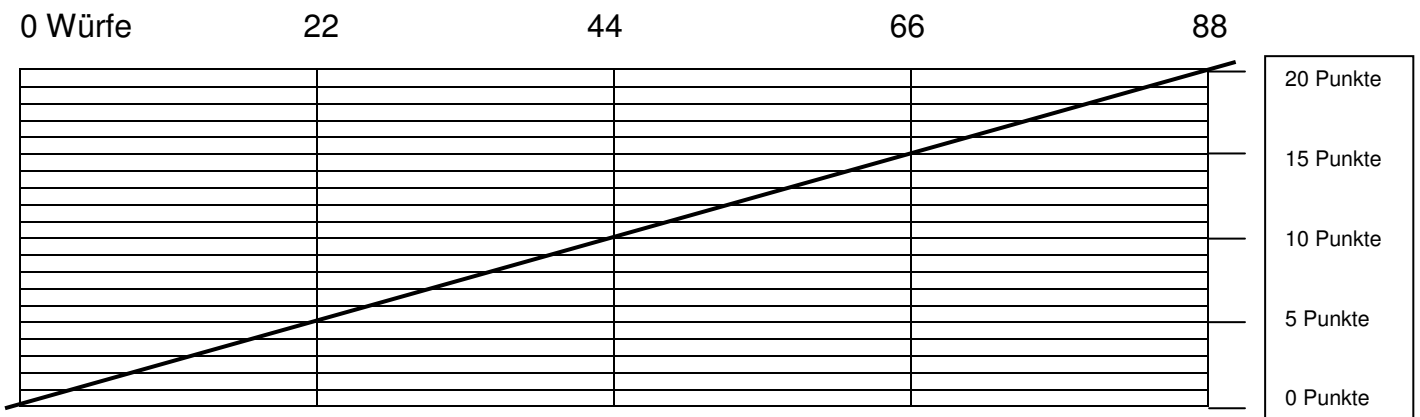
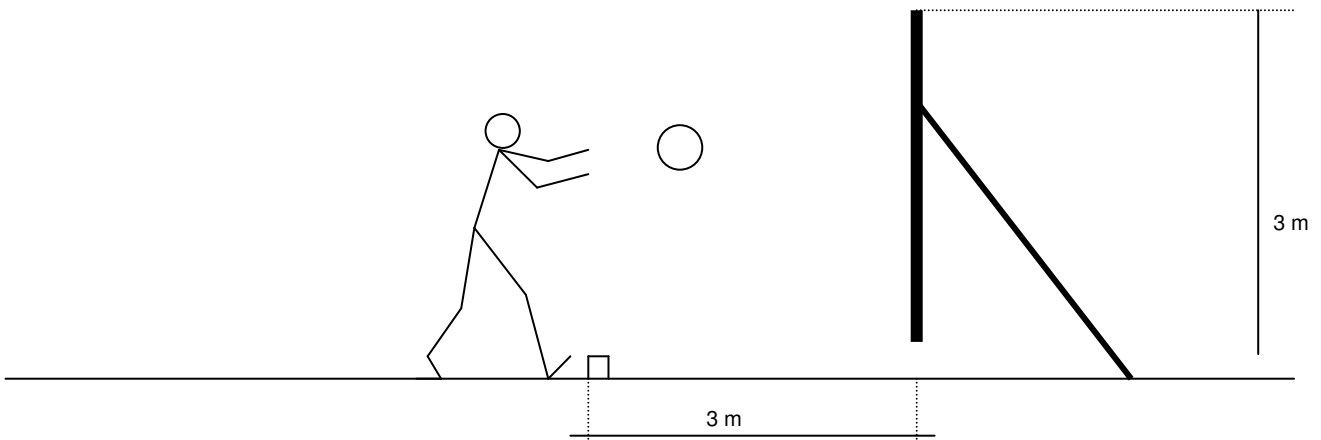
Wertung: Es werden die 5 besten Resultate aus den 7 Disziplinen gewertet + Alterszuschlag.

Alterszuschlag



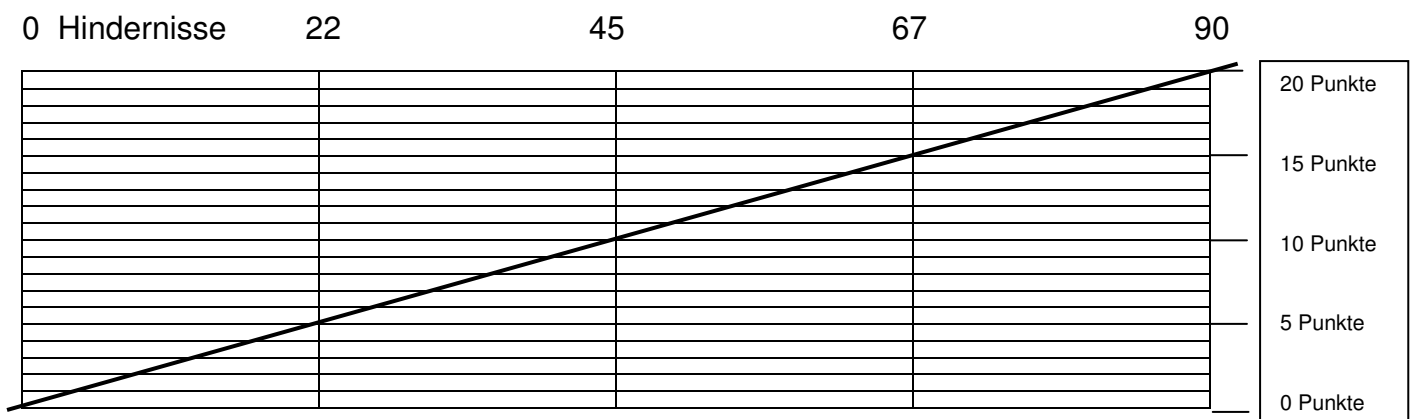
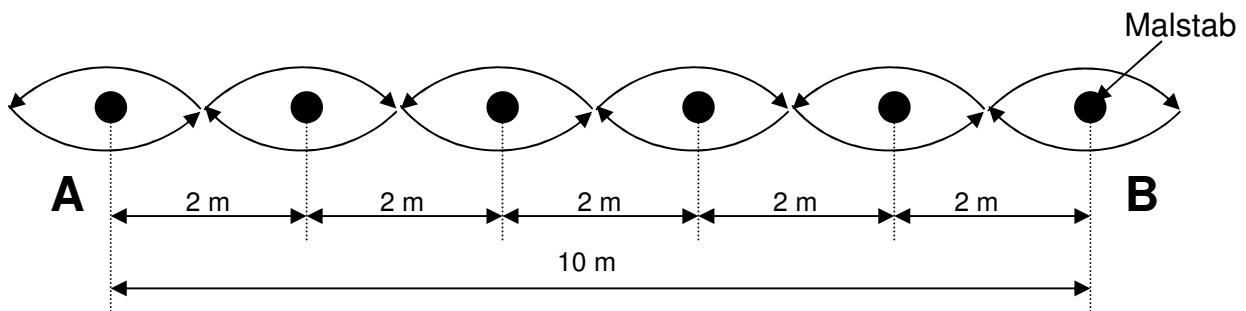
1 Ballprellen

- Wettkampfzeit:** 90 Sekunden.
- Wettkampfziel:** Ohne Fremdhilfe möglichst viele Würfe an die Wand.
- Versuche:** 1
- Geräte:** 1 Basketball und 1 Reserve.
1 Holzwand H = 3m, B = 2m, Distanz = 3m
- Ausführung:** Ball werfen und **fangen**.
(kein schlagen, fausten, spicken usw.)
Der Reserveball darf von Vereinskameraden wieder beim Abwurfballen deponiert werden.
- Wertung:** Ohne Übertritt geworfene und direkt gefangene Bälle werden gezählt.



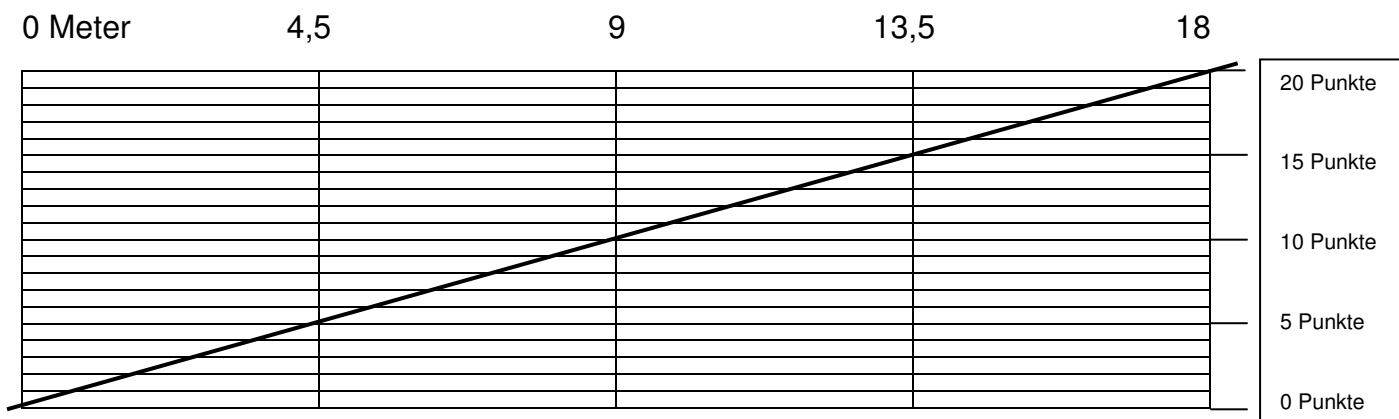
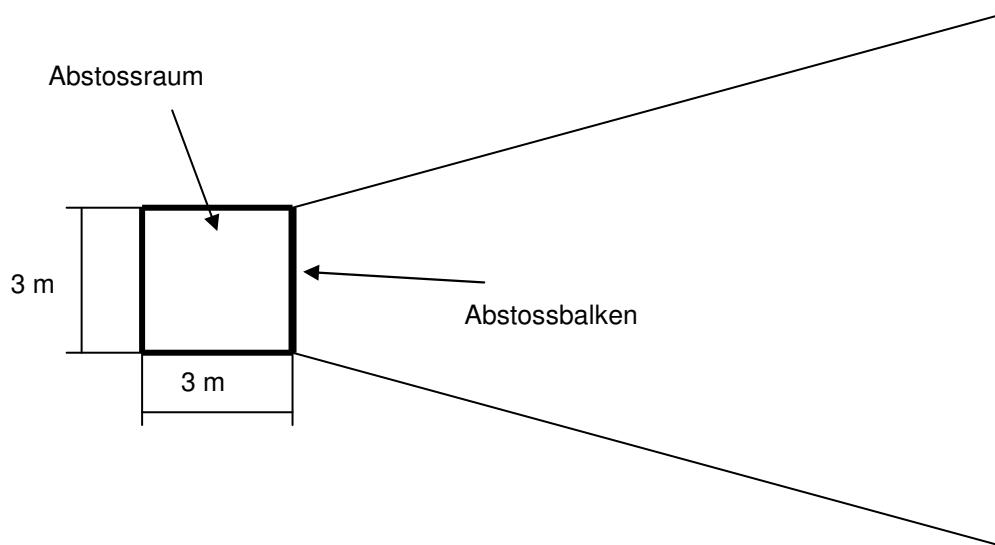
2 Unihockey - Slalomlauf

- Wettkampfzeit:** 90 Sekunden
- Wettkampfziel:** Möglichst viele Läufe im Slalom von A nach B und zurück
- Versuche:** 1
- Geräte:** 6 Malstäbe, je einen Unihockey-Stock und Ball.
- Ausführung:** Start hinter der Startlinie A mit Ball und Unihockey-Stock. Im Slalom um die Malstäbe nach B und wieder im Slalom um die Malstäbe zurück nach A und so weiter. Umgestossene Malstäbe müssen durch den Läufer selbst wieder aufgestellt 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.



3 Medizinballstossen

- Wettkampfziel:** Medizinball so weit wie möglich stossen.
- Versuche:** 3 nacheinander.
- Geräte:** Medizinball klein 2 kg
- Ausführung:** Medizinball stossen mit oder ohne Anlauf innerhalb des Abstossraumes.
- Ungültig sind:** Auf- oder Übertritt Abstossbalken. Medizinball landet ausserhalb des Sektors. Werfen statt stossen.
- Wertung:** Der weiteste Stoss wird gemessen.



4 Geschicklichkeitslauf

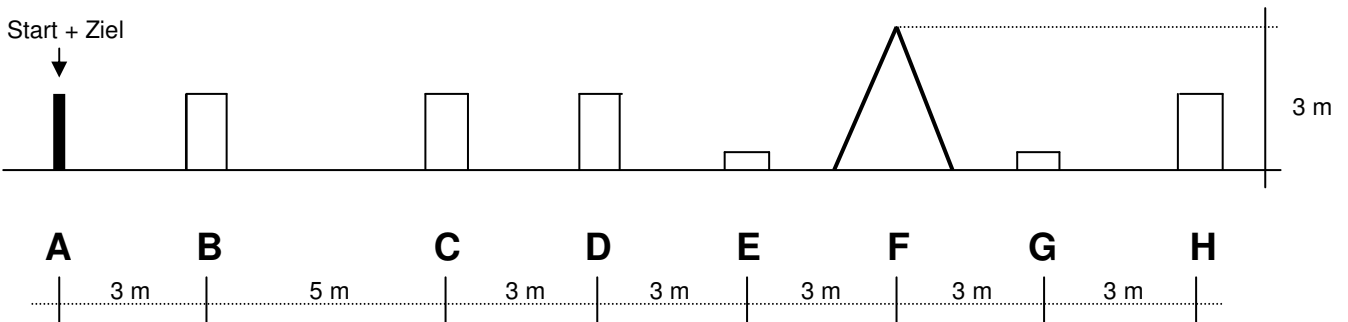
Wettkampfziel: Den Parcours ohne Fremdhilfe in möglichst kurzer Zeit durchlaufen.

Versuche: 1

Geräte: 4 Fässer, 2 Pneus, 2 Malstäbe, Gerüst mit Stange auf 3 m, 2 Tennisbälle und 3 Gymnastikbälle

Ausführung: Start bei **A**, 2 Tennisbälle einzeln von **B** nach **C** und von **B** nach **D**, 3 Gymnastikbälle einzeln von **E** über die Stange **F** nach **G** legen, um das Fass **H** laufen und das Ganze zurück, bis beide Tennisbälle bei **B** liegen und zurück über die Ziellinie. (Verlorene Bälle müssen vom Läufer selbst zurückgeholt werden.)

Wertung: Es zählt die Laufzeit.



78 Sekunden 68 58 48 38

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|-----------|
| | | | | | 20 Punkte |
| | | | | | 15 Punkte |
| | | | | | 10 Punkte |
| | | | | | 5 Punkte |
| | | | | | 0 Punkte |

5 Korbwurf

Wettkampfzeit: 90 Sekunden.

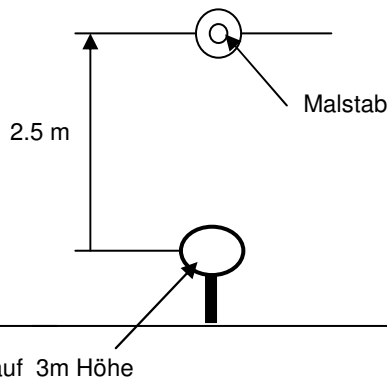
Wettkampfziel: Ohne Fremdhilfe so viele Korbtreffer wie möglich.

Versuche: 1

Geräte: 1 freistehender Korb, 1 Malstab, 1 Basketball und 1 Reserveball.

Ausführung: Start hinter der Linie beim Malstab (Distanz zum Korb 2.5 m), nach jedem Wurfversuch zurück und um den Malstab zum nächsten Versuch.
Der Reserveball darf von Vereinskameraden wieder beim Korb deponiert werden.
(Wurfdistanz zum Korb frei wählbar)

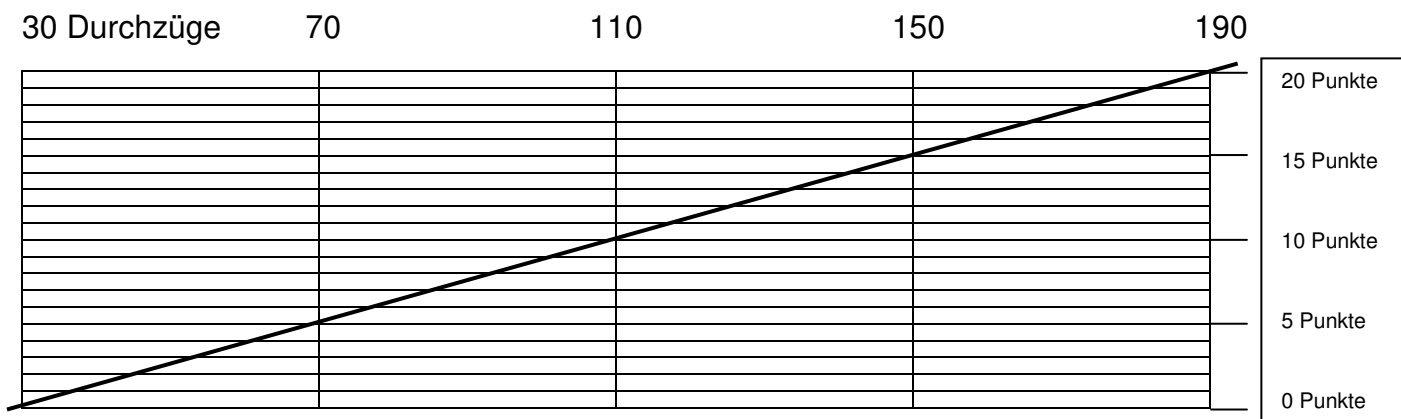
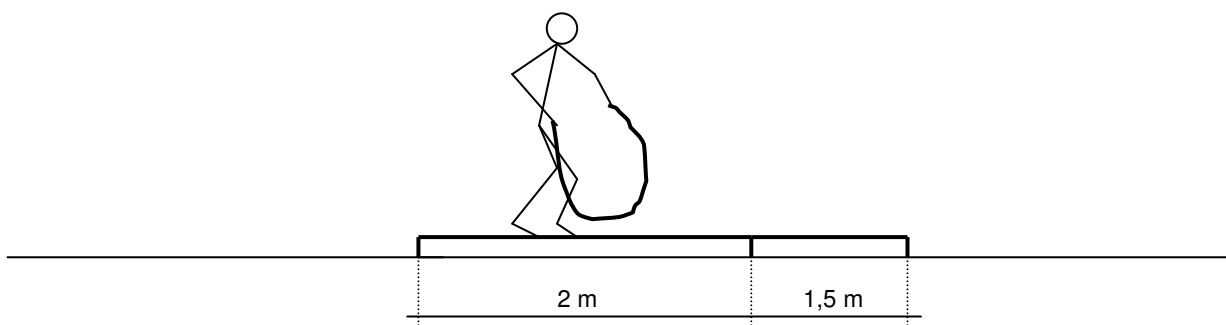
Wertung: Jeder Treffer wird gezählt, sofern der Malstab umlaufen wurde. Umgeworfener Malstab muss vom Wettkämpfer vor dem nächsten Versuch selbst aufgestellt werden.



| 0 Treffer | 5,5 | 11 | 16,5 | 22 | |
|-----------|-----|----|------|----|-----------|
| | | | | | 20 Punkte |
| | | | | | 15 Punkte |
| | | | | | 10 Punkte |
| | | | | | 5 Punkte |
| | | | | | 0 Punkte |

6 Seilspringen

- Wettkampfzeit:** 60 Sekunden.
- Wettkampfziel:** Ohne Fremdhilfe möglichst viele Durchzüge.
- Versuche:** 1
- Geräte:** 1 Springseil und Springfeld 2m x 1,5 m
Die Seile werden vom Veranstalter gestellt, es dürfen keine eigenen Seile verwendet werden.
- Ausführung:** Hüpfart frei. (Mehrere Durchzüge im gleichen Sprung zählen einfach.)
- Wertung:** Gezählt werden nur volle Seildurchzüge.



7 Zielwurf

Wettkampfzeit: 90 Sekunden.

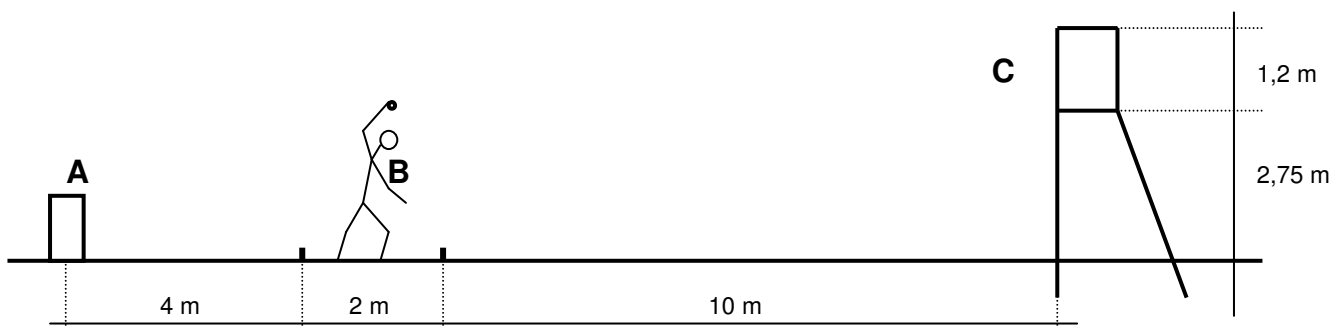
Wettkampfziel: Ohne Fremdhilfe möglichst viele Läufe mit Treffern im Ziel erreichen.

Versuche: 1

Geräte: Becken mit Tennisbällen auf Fass und Zielöffnung 1,2 x 1,8 m mit Auffangeinrichtung.

Ausführung: Start mit Tennisball beim Fass **A**, Lauf in Abwurfzone **B**, beide Füße in Zone, Wurf auf Zielöffnung **C**, zurück zum Fass **A** und der nächste Versuch.

Wertung: Der Lauf vom Fass **A** in die Abwurfzone zählt 1 Punkt. Treffer im Ziel zählen 2 Punkte, Total 3 Punkte möglich. Treffer nur gültig bei Abwurf ohne Übertritt über die Abwurfzone **B**.



0 Lauf/Treffer 15 30 45 60

