

# 99. JAHN-TURNFEST FREYBURG



**18. bis 20. August 2023**  
**Freyburg (Unstrut)**



**envia M-Gruppe**

Hier kommt  
Energie ins Spiel.

Erfahren sie mehr unter  
[enviaM-Gruppe.de/engagement](https://enviaM-Gruppe.de/engagement)



**Liebe Turnerinnen und Turner,  
liebe Freunde des Jahnturnfestes,**

das 99. Jahnturnfest wirft seine Schatten voraus und das Programmheft verrät, welche zahlreiche Veranstaltungen der weltweit älteste und größte Freiluft-Gerätturn-Wettkampf unter dem Himmel der schönen Stadt Freyburg wieder bereithalten wird. Ich bin mir sicher, diese besondere Atmosphäre wird die tausenden Turnerinnen und Turner aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und vielen anderen Ländern begeistern und mitreißen.

Zugleich ist die 99. Ausgabe des traditionsreichen Turniers ein wichtiger Meilenstein auf dem Weg zum 100. Jahnturnfest im Jahr 2024. Hierfür haben sich schon jetzt einige Höhepunkte angekündigt, u.a. eine Auswahl der aktuellen Turn-Nationalmannschaft der Frauen und Männer mit einem Schauturnen.

Ich danke dem Landesturnverband Sachsen-Anhalt als Ausrichter, der Stadt Freyburg als Gastgeberin sowie den vielen, vielen ehrenamtlichen Helfern. Sie alle machen das Jahnturnfest zu dem, was es ist: eine eindrucksvolle Leistungsschau der Turnerinnen und Turner mit einzigartigem Flair an der Wirkungsstätte des Turnvaters Jahn.

Ich zähle die Tage, bis wir uns im August in Freyburg sehen und wünsche Ihnen bis dahin alles Gute, beste Trainingsbedingungen und im Wettkampf maximale Leistungserfolge!

**Götz Ulrich**  
Landrat des Burgenlandkreises



FRIEDRICH-LUDWIG-  
JAHN-MUSEUM

[www.jahn-museum.de](http://www.jahn-museum.de)



**Liebe Turnfreundinnen und Turnfreunde,  
liebe Jahnturnfestteilnehmer und Gäste,**

**FRISCH – FROMM – FRÖHLICH –  
FREYBURG**

Es ist wieder so weit. Vom 18. bis 20. August 2023 wird im Unstruttal wieder unter diesem Motto geturnt und gefeiert!

Das Präsidium des Landesturnverbandes Sachsen-Anhalt und die Stadt Freyburg als gemeinsame Veranstalter laden wieder alle Turnerinnen und Turner aus Nah und Fern recht herzlich zum traditionellen Friedrich-Ludwig-Jahn-Turnfest nach Freyburg ein. Mit Unterstützung unserer langjährigen Partner, wie z. B. der Lotto-Toto GmbH Sachsen-Anhalt und EnviaM sowie mit Hilfe der Förderung aus Landesmitteln ist es auch in 2023 möglich, die Tradition des „Turnfestes unter freiem Himmel“ fortzusetzen. Mein großer Dank geht auch an die Firma Bänfer, welche das Turnfest mit hochwertigen Turngeräten ausstattet.

Zusammen mit den vielen fleißigen haupt- und ehrenamtlichen Helfern ist alles vorbereitet, damit die große Turnfamilie wieder ein erlebnisreiches Wochenende mit sportlichen Wettkämpfen, vielen partizipativen Angeboten sowie Möglichkeiten zum gemütlichem Beisammensein, kultureller Unterhaltung und Stunden der Erholung im schönen Unstruttal verbringen kann.

Verbunden mit dem Dank an alle, die durch ihre aktive Unterstützung zum Gelingen des 99. Friedrich-Ludwig-Jahn-Turnfestes beigetragen haben bzw. vor Ort beitragen, wünsche ich allen Turnerinnen und Turnern sowie den zahlreichen Zuschauer\*innen und Gästen spannende Wettkämpfe und erlebnisreiche Tage in Freyburg an der Unstrut!

**Manuela Dietz**

Präsidentin des Landesturnverbandes Sachsen-Anhalt



**amariece**  
gymnastics

*Sport-Freizeit-  
Büroartikel & Büroservice*

*Bürozeiten: Do 15-18 Uhr  
u. nach Vereinbarung*

Kerstin Kanitz  
Eduard-Rosenthal-Straße 70j  
99425 Weimar  
Mobil: 0160/4858706  
E-Mail: kerstin\_kanitz@yahoo.de  
Web: www.amariece-gym.de

Turn- und Sportbekleidung  
Turnzubehör  
Turngeräte und  
Hallenequipment  
verschiedener Hersteller und  
Kataloganbieter



**Liebe Turnerinnen, liebe Turner aus allen Teilen der Bundesrepublik, werte Gäste des Traditionsturnfestes, werte Gäste der Jahn-Stadt Freyburg (Unstrut),**

bereits zum 99. Mal ist die Stadt Gastgeber einer Veranstaltung, die vor 122 Jahren aus der Taufe gehoben wurde. Ihnen allen ein herzliches Willkommen zu Deutschlands größtem Freiluft-Gerätturnfest!

Erlauben Sie mir, in diesem Jahr auf ein weiteres Jubiläum einzugehen: 175 Jahre frei gewähltes Paulskirchen Parlament in Frankfurt/Main. Denn in diesem war Friedrich Ludwig Jahn gewählter Vertreter der Provinz Sachsen, Wahlkreis Merseburg. Ein Parlament, welches über nationale Einheit, Demokratie und deutsche Verfassung diskutierte, in einer Zeit, in welcher diese Begriffe noch Visionen waren. Gerade mit der damals verabschiedeten bundesstaatlichen Verfassung auf demokratischer Grundlage war dieses Parlament seiner Zeit voraus. Vieles davon ist in unser heutiges Grundgesetz übernommen worden. Damit lohnt es sich, das Jahn-Museum als Ort deutscher Demokratiegeschichte einmal aus diesem Blickwinkel zu betrachten.

Mit Ihrer Teilnahme an den Turn-Wettkämpfen in Freyburg sind Sie sogleich Vertreter des Vermächtnisses Jahns. Ich wünsche Ihnen fairen Wettstreit, bleiben Sie verletzungsfrei und freuen Sie sich mit uns auf das 100. Turnfest. Somit rufe ich Ihnen zu: Turner auf zum Streite!

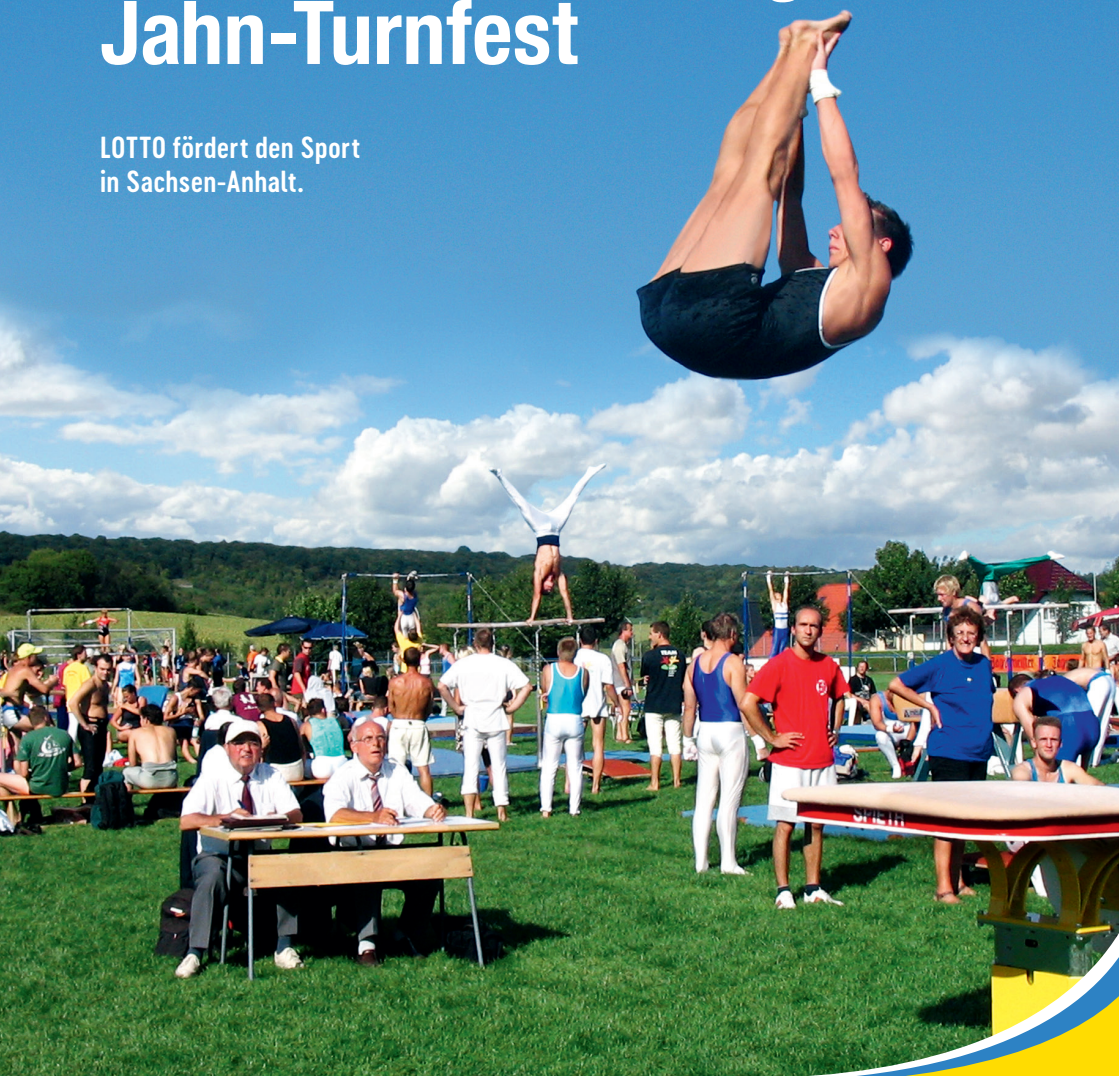
**Udo Mänicke**  
Bürgermeister von Freyburg

**Ich freue mich auf Euren Besuch!**

LOTTO wünscht  
viel Erfolg beim

# 99. Friedrich-Ludwig- Jahn-Turnfest

LOTTO fördert den Sport  
in Sachsen-Anhalt.



## Zeit- und Ablaufplan

### Donnerstag, 17. 08. 2023

Anreise der ersten Teilnehmer (Öffnung des Zeltplatzes)

### Freitag, 18. 08. 2023

Anreise der Teilnehmer und Meldung im Org.-Büro

- 14.00 Uhr Mitgliederversammlung der Jahn-Gesellschaft in der Ehrenhalle
- 17.30 Uhr Feierliche Kranzniederlegung zur Eröffnung des 99. Friedrich-Ludwig-Jahn-Turnfestes am Jahn-Museum
- 19.30 Uhr Empfang des Bürgermeisters der Stadt Freyburg (gesonderte Einladung)
- 20.30 Uhr Disko an der Außenbühne des Schützenhauses

### Samstag, 19. 08. 2023

- bis 09.00 Uhr Anreise der Teilnehmer und Meldung im Org.-Büro (Sportplatz)
- 09.00 Uhr Formierung auf der nördlichen Seite des Sportparks zum Einmarsch in das Stadion (Aufstellung hinter den Landesschildern)
- 09.30 Uhr Einmarsch in das Stadion und Eröffnung der Veranstaltung
- 10.00 Uhr Beginn der Wettkämpfe im Gerätturnen im Stadion (Altersklassen weibl. und männl.)
- 10.00 Uhr 39. Jahn-Gedenklauf mit Start und Ziel im Stadion
- 10.15 Uhr Schnupperlauf für alle Altersklassen mit Start und Ziel im Stadion
- 10.30 Uhr Beginn des „Turnfest-Workshops“ in der TH der Sekundarschule - Teil 1 bis 12.00 Uhr
- 13.00 Uhr Beginn des „Freyburger Jedermannturnens“ (incl. Hans-Fischer-Test) im Stadion (Teilnahmemöglichkeit bis 16.30 Uhr)
- 13.00 Uhr 27. Turnfest-Orientierungslauf mit Start und Ziel im Stadion – Südkurve (letzter Start ca. 14.30 Uhr, Zielschluss 16.00 Uhr)
- 13.15 Uhr Beginn des „Turnfest-Workshops“ in der TH der Sekundarschule - Teil 2 bis 14.15 Uhr
- 14.30 Uhr Beginn des „Turnfest-Workshops“ in der TH der Sekundarschule - Teil 3 bis 15.30 Uhr
- 20.00 Uhr „Turner auf zum Singen“ in der Pension „Zur Neuenburg“
- 20.00 Uhr Turnerball im Lichthof der Rotkäppchen Sektkellerei

### Sonntag, 20. 08. 2023

- 09.30 Uhr Fortsetzung der Gerätturnwettkämpfe und weiterer Mitmachangebote
- 10.00 Uhr geführte Wanderung durch's Unstruttal – Treffpunkt: Marktplatz
- 13.00 Uhr Abschluss aller Veranstaltungsangebote

## Riegeinteilung – Gerätturnen

Stand 03.08.2023 – Änderungen vorbehalten!

männlich			weiblich		
Riege 1	KM 80+	10	Riege 31	KM 70/75	7 (5/2)
Riege 2	KM 70/75	6 (3/3)	Riege 32	KM 65-69	8
Riege 3	KM 70-74	6	Riege 33	KM 60-64	7
Riege 4	KM 55-59	6	Riege 34	KM 50-54	5
Riege 5	KM 65-69	4	Riege 35	KM 55-59	6
Riege 6	KM 65-69	5	Riege 36	KM 55-59	5
Riege 7	KM 60-64	4	Riege 37	KM 45	5
Riege 8	KM 60-64	4	Riege 38	KM 40	6
Riege 9	KM 45-49	6	Riege 39	KM 35-39	8
Riege 10	KM 40-44	4	Riege 40	KM 30	6
Riege 11	KM 50-54	5	Riege 41	E KM 1	5
Riege 12	KM 50-54	4	Riege 42	E KM 1	4
Riege 13	E - KM LK 1	7	Riege 43	J - KM LK 2	3
Riege 14	KM 35-39	6	Riege 44	E - KM LK 2	7
Riege 15	KM 30-34	5	Riege 45	E - KM LK 2	7
Riege 16	E - KM LK 3	8	Riege 46	E - KM LK 2	6
Riege 17	E - KM LK 3	8	Riege 47	E - KM LK 4	12
Riege 18	E - KM LK 3	8	Riege 48	E - KM LK 4	12
Riege 19	E - KM LK 3	8	Riege 49	E - KM LK 4	12
Riege 20	E - KM LK 3	8	Riege 50	E - KM LK 4	11
Riege 21	E - KM LK 3	8	Riege 51	E - KM LK 3	10
Riege 22	E - KM LK 3	7	Riege 52	E - KM LK 3	9
Riege 23	E - KM LK 3	8	Riege 53	E - KM LK 3	9
Riege 24	E - KM LK 2	7	Riege 54	E - KM LK 3	9
Riege 25	J - KM LK 3	6	Riege 55	E - KM LK 3	9
Riege 26	J - KM LK 3	6	Riege 56	E - KM LK 3	9
Riege 27	J - KM LK 3	6	Riege 57	J - KM LK 3	8
			Riege 58	J - KM LK 3	8
			Riege 59	J - KM LK 3	8
			Riege 60	J - KM LK 4	9
			Riege 61	J - KM LK 4	8
			Riege 62	J - KM LK 4	8
			Riege 63	J - KM LK 4	8

## Riegeablaufplan – Gerätturnen

Stand 03.08.2023 – Änderungen vorbehalten!

männlich				
<b>Samstag, 19. 08. 2023</b>				
<b>1. WE 10.00 Uhr - 12.30 Uhr</b>				
Kreis A <b>AK 55 &amp; 70 bis 80+</b>				
Bo./Spr.	Pf.	Bar.	Re.	
3	4	1	2	
Kreis B <b>AK 60 und 65</b>				
Pf.	Spr.	Bar.	Re.	
5	6	7	8	
<b>2. WE 13.30 Uhr - 15.30 Uhr</b>				
Kreis A <b>E-LK 3</b>				
<b>1. Durchgang</b>				
Pf.	Spr.	Bar.	Re.	
18	19	16	17	
Kreis B <b>AK 40/45/50</b>				
Pf.	Spr.	Bar.	Re.	
12	9	10	11	
<b>3. WE 16.00 Uhr - 18.00 Uhr</b>				
Kreis A <b>E-LK 3 - 2. Durchgang</b>				
Pf.	Spr.	Bar.	Re.	
22	23	20	21	
Kreis B <b>AK 30 &amp; 35</b>				
Spr.	Bar.	Blk.		
13	14	15		
<b>Sonntag, 20. 08. 2023</b>				
<b>1. WE 10.00 Uhr - 12.30 Uhr</b>				
Kreis A <b>E-LK 2 und J-LK 3</b>				
Pf.	Spr.	Bar.	Re.	Pause
26	27	24	25	26

Die Gerätewechsel in den WE erfolgen in olympischer Reihenfolge.

weiblich

Samstag, 19. 08. 2023

<b>1. WE 10.00 Uhr - 12.30 Uhr</b>				
Kreis A <b>E-LK 1 u. AK 30/35/</b>				
Spr.	Bar.	Blk.	Pause	
42	39	40	41	
Kreis B <b>AK 40/45/55</b>				
Spr./Bo.	Bar./Re./PB.	Bank.	Pause	
	GymHG			
38	35	36	37	
Kreis C <b>AK 50 und 60-75</b>				
Spr./Bo.	Bar./Re./PB.	Bank.	Pause	
	GymHG			
31	32	33	34	
<b>2. WE 13.30 Uhr - 15.30 Uhr</b>				
Kreis A <b>J/E-LK 2</b>				
Spr.	Bar.	Blk.	Pause	
46	43	44	45	
Kreis B <b>E - LK 3 - 1. Durchgang</b>				
Spr.	Bar.	Blk.		
53	51	52		
<b>3. WE 16.00 Uhr - 18.00 Uhr</b>				
Kreis A <b>E - LK 4</b>				
Spr.	Bar.	Blk.	Pause	
50	47	48	49	
Kreis B <b>E - LK 3 - 2. Durchgang</b>				
Spr.	Bar.	Blk.		
56	54	55		
<b>Sonntag, 20. 08. 2023</b>				
<b>1. WE 10.00 Uhr - 12.30 Uhr</b>				
Kreis A <b>J - LK 3</b>				
Spr.	Bar.	Blk.	Pause	
59	57	58	59	
Kreis B <b>J - LK 4</b>				
Spr.	Bar.	Blk.	Pause	
60	61	62	63	



# Tradition trifft Moderne.

Wir feiern 200 Jahre Sparkasse Burgenlandkreis. Aus einzelnen Sparkassen hier im Burgenlandkreis ist ein großes Ganzes entstanden. Wir haben Generationen von Kunden begleitet dürfen, mit denen wir gewachsen sind und an deren Bedürfnissen wir uns ausgerichtet haben. Auf diese Weise haben wir das Leben an Elster, Saale und Unstrut mitgestaltet und sind Teil davon geworden. Das ist uns Anspruch für die Zukunft: Gern begleiten wir Sie weiterhin bei allen finanziellen Belangen und sind dabei mit all unserem Wissen und unserer Kraft für Sie da. Vielen Dank für Ihr Vertrauen.



[www.spk-burgenlandkreis.de/200jahre](http://www.spk-burgenlandkreis.de/200jahre)

 **Sparkasse  
Burgenlandkreis**

## Statistisches 2023

(Stand 03. 08. 2023)

103 teilnehmende Turnvereine mit mehr als 750 vorangemeldeten Teilnehmern  
15 vertretene Landesturnverbände des Deutschen Turner-Bundes

Bayerischer Turnverband	Sächsischer Turn-Verband
Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund	Schleswig-Holsteinischer Turnverband
Hessischer Turnverband	Thüringer Turnverband
Niedersächsischer Turner-Bund	Märkischer TurnerBund Brandenburg
Schwäbischer Turnerbund	Westfälischer Turnerbund
Landesturnverband Sachsen-Anhalt	Pfälzer Turnerbund
Badischer Turner-Bund	Rheinischer Turnerbund
Landesturnverband Mecklenburg-Vorpommern	

## Älteste Teilnehmer

Marion Schindler	1944	79 Jahre	TuS Leipzig Mockau
Waltraud Müller	1946	77 Jahre	TSV Nordhausen
Elisabeth Dannemann	1950	73 Jahre	HSG DHfK Leipzig
Ruth Hagene	1951	72 Jahre	TSV Nordhausen
Monika Kretzschmar	1952	71 Jahre	Falkenhainer SV
Martina Kortum	1952	71 Jahre	TSV 1880 Gera Zwätzen
Hannelore Hiller	1953	70 Jahre	TV Nord-Ost Berlin
Helmut Wrogemann	1935	88 Jahre	MTV Gießen
Helmut Kaufmann	1937	86 Jahre	TSV Nordhausen
Siegfried Bauer	1938	85 Jahre	TV Markkleeberg
Horst König	1941	82 Jahre	TSV Nordhausen
Lothar Reichenbach	1942	81 Jahre	SG Meerane 02
Werner Kreuzmann	1942	81 Jahre	TSV LOLA
Heiner Güldenring	1942	81 Jahre	USV TU Dresden
Frank Lahn	1943	80 Jahre	KTV Chemnitz
Jörg Sommerschuh	1943	80 Jahre	SV G.-W. Niederwiesa
Jörg Täumer	1946	77 Jahre	VfL 06 Saalfeld
Steffen Flenker	1947	76 Jahre	SG Dresdner Verkehrs.
Werner Reutter	1947	76 Jahre	USC Leipzig
Klaus Mende	1948	75 Jahre	MTV 1860 Erfurt
Bernd Hamann	1949	74 Jahre	SG Dresdner Verkehrs.
Dr. Günter Kunze	1949	74 Jahre	SG Meerane 02
Norbert Flenker	1950	73 Jahre	SG Dresdner Verkehrs.
Stephan Rowold	1950	73 Jahre	USV TU Dresden
Karl-Heinz Hiller	1952	71 Jahre	SSG Humboldt zu Berlin
Frank Thomas	1953	70. Jahre	SG Dresdner Verkehrs.
Günter Jähnigen	1953	70 Jahre	SG Spergau
Werner Rohde	1953	70 Jahre	SG Spergau

## Wissenswertes zu einzelnen Programmpunkten

### Gerätturnen

1. Die Gerätturnwettkämpfe werden nach den in der Ausschreibung für das Jahnturnfest veröffentlichten Regularien durchgeführt.
2. Die Gerätturnwettkämpfe werden in 2 Gerätekreisen durchgeführt. Sie sind im Riegenablaufplan mit Kreis A und B bezeichnet. Der Gerätekreis A befindet sich unmittelbar vor der Tribüne, der Gerätekreis B liegt dahinter.
3. In der 1. Wettkampfeinheit am Samstag kann bei Bedarf zusätzlich ein Gerätekreis C aufgebaut werden.
4. Die Wettkampfeinheiten können sich zeitlich um ca. 30 Minuten verkürzen oder auch verlängern. Wir bitten alle Teilnehmer, sich rechtzeitig vor der im Riegenablaufplan angegebenen Zeit an der Wettkampfstätte einzufinden.
5. Dem aktuellen Riegenablaufplan sind auch alle Zeiten für die Siegerehrungen zu entnehmen.
6. Bitte beachtet auch alle Veröffentlichungen in der Ausschreibung und im Org.-Büro.

### Spezielle Hinweise für den weiblichen Bereich:

1. An jedem Gerät stehen ein Sprungbrett und ausreichend Matten zur Verfügung. Die Mitnahme und der Austausch von Sprungbrettern von Gerät zu Gerät sind nicht gestattet. Eigene Sprungbretter können mitgebracht werden.
2. Zusätzliche Mattenlagen sind vor dem WK bei der Hauptkampfrichterin zu beantragen.
3. Die generelle Höhe der Stufenbarrenholme beträgt: 1,60 m/2,40 m. Es kann nur jeweils an dem für den Gerätekreis maßgeblichen Stufenbarren geturnt werden. Ausnahmen sind im Einzelfall möglich, aber unbedingt vor Wettkampfbeginn bei der Hauptkampfrichterin zu beantragen und genehmigen zu lassen.
4. Nichtbeantragte Gerät- oder Mattenveränderungen führen zu 0,00 Pkt./ Gerät.
5. Die Einturnzeit am Gerät nach dem Gerätwechsel beträgt pro Riege 8 Minuten. Jede Turnerin hat innerhalb dieser 8 Minuten selbst für ihr Einturnen am jeweiligen Gerät Sorge zu tragen.

### Jahn-Gedenk-Lauf und Stadt-OL

- Die Anmeldung der Teilnehmer an den verschiedenen Laufdisziplinen erfolgt im „Org.- Büro Jahnlauf“ bzw. am Startpunkt des OL.
- Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre Anmeldung zum Jahn-Lauf im Vorfeld über den LTV/S-A vorgenommen und damit Startgebühren bezahlt haben, erhalten in den Wettkampfunterlagen eine schriftliche Bestätigung darüber. Diese ist bei der Lauf-Anmeldung vorzulegen.
- Bitte beachtet auch alle Veröffentlichungen in der Ausschreibung und im Org.-Büro.

### Turnfest-Workshop

Übungsleiter/innen und weitere Interessierte erhalten die Möglichkeit bei verschiedenen Workshops Ihre Kenntnisse zu vervollkommen bzw. auf den neusten Stand zu bringen. Hoch qualifizierte Referentinnen stehen ihnen dabei mit Rat und Tat zur Seite. Die Teilnahme an diesem Angebot wird zertifiziert und kann zur Verlängerung der ÜL-Lizenz mit eingereicht werden. Die Workshops finden in der Turnhalle der Sekundarschule Nordstraße statt.

### Freyburger Jedermannturnen

Wie in jedem Jahr wird dieser Wettbewerb wieder in Kombination mit dem „Hans-Fischer-Test“ durchgeführt. Ob ausschließlich die Bedingungen des Jedermannturnens oder des „Hans-Fischer-Tests“ oder beides zusammen erfüllt werden soll, entscheidet jeder Teilnehmer selbst. Nähere Auskünfte erhält jeder an den Stationen.

Bewertet werden die Stationen nach folgenden Tabellen:

#### 1. Der Kopfstand-Marathon (max. 10 Punkte) „Hans-Fischer-Test“

Im Kopfstand werden die Zehen, Füße und/oder Beine im Wechsel angezogen und gestreckt, gekreist etc

##### Bewertung:

- 1 Punkt je 10 Sekunden bis maximal 10 Punkte
- 1 Punkt 10 Sekunden
- 2 Punkte 20 Sekunden usw.
- 10 Punkte 1:40 min

#### 2. Die Fliege / Briefmarke (max. 10 Punkte) „Hans-Fischer-Test“

Im Grätschsitz (90°), Arme Hochhalte, nach vorn beugen bis die Brust aufliegt. Haltdauer: 5 sec.

##### Bewertung:

Bewertet wird nach dem Abstand der Brust vom Boden

- 1 Punkt Abweichung des Oberkörpers von ca. 20° von der Senkrechten
- 2 Punkte Abweichung des Oberkörpers von ca. 45° von der Senkrechten
- 3 Punkte Abstand der Brust bis zum Boden 30 cm
- 4 Punkte Abstand der Brust bis zum Boden 25 cm usw. bis
- 9 Punkte Brust tippt am Boden
- 10 Punkte Brust liegt flach auf dem Boden

#### 3. Die Fischerrolle (max. 10 Punkte) „Hans-Fischer-Test“

Aus dem Grätschsitz weites Vorgreifen links (oder jeweils andersherum). Untergreifen mit dem rechten Arm an denselben Holm. Gegrätschte Rolle seitwärts mit durchtauchen durch die Holmengasse auf dem rechten Holm. Zugreifen und überspreizen in den Grätschsitz.

##### Bewertung:

Eine technisch einwandfreie Vorführung wird mit 10 Punkten belohnt. Abzüge gibt es hingegen z.B. bei gebeugten Füßen bzw. Knie (je minus 1 Punkt bzw. 2 Punkte für leichte bzw. minus 2 Punkte für starke Beugung). Wenn die Grobform erkennbar ist, gibt es 2 Punkte. Der Versuch wird mit einem Punkt belohnt.





Wir wünschen  
ein schönes  
Jahn-Turnfest!

**KELLERFÜHRUNGEN**  
täglich 13 Uhr  
8 € p.P. (inkl. 1 Glas Wein)

**FÜHRUNGEN HERZOGL. WEINBERG**  
täglich 11 Uhr  
9 € p.P. (inkl. 1 Glas Wein)

**ÖFFNUNGSZEITEN WEINGALERIE**  
Montag – Freitag: 7 – 18 Uhr  
Samstag: 10 – 18 Uhr  
Sonn-/Feiertage: 10 – 16 Uhr

**WINZERVEREINIGUNG FREYBURG-UNSTRUT EG**  
Querfurter Straße 10 · 06632 Freyburg  
Telefon 034464 3060 · info@winzervereinigung-freyburg.de  
www.winzervereinigung-freyburg.de

#### 4. Die Mutprobe (max. 10 Punkte) „Hans-Fischer-Test“

Am Barrenende schwingen in den Handstand und abgrätschen zum Stand. Hilfestellungen beim Schwingen in den Handstand bzw. Absicherungen beim Abgrätschen sind gestattet.

##### Bewertung:

Die technisch saubere Ausführung wird mit 10 Punkten bewertet. Abzüge gibt es auch hier für Mängel beim Handstandschwingen, Abgrätschen oder Stand. Der Versuch wird mit einem Punkt belohnt. Hilfestellung ist erlaubt, Hilfeleistung = Abzug 2 Pkt.

#### 5. Die Kraftübung (10 Punkte) „Hans-Fischer-Test“

Aus dem Stütz vorlings abrollen (Hüftabzug) in den Schwebegang (Bein-Rumpf-Winkel 90°), anschließend Hüftaufzug in den Stütz – nach Zeit. Übungszeit: 5 Minuten

##### Bewertung:

Bewertet wird nach der Anzahl der bis in den Stütz geturnten Elemente. Damit ein Aufzug gewertet wird, dürfen die Knie nicht mehr als 30° gebeugt werden oder der Bein-Rumpf-Winkel nicht größer als 100° sein. Bonuspunkte für größere Anzahl als 10 möglich!

**Das Zertifikat zum Hans-Fischer-Test wird für Männer ab 30 und für Frauen ab 25 Punkte verliehen. Alle Teilnehmer werden darüber hinaus in einer Rangliste mit den erreichten Punkten aufgenommen und können sich im nächsten Jahr verbessern. Die mehrfache Teilnahme lohnt sich also. Die Rangliste wird außerdem im Internet veröffentlicht.**

#### 6. Steinstoßen (7,5 kp)

Punkte	5	4	3	2	1	mit kleinerem Stein
weibl. 19 - 34 Jahre	4,50	4,00	3,50	3,00	2,50	weibl. bis 12 Jahre
männl.	6,00	5,50	5,00	4,50	4,00	männl. bis 12 Jahre
weibl. 35 - 44 Jahre	5,00	4,50	4,00	3,50	3,00	weibl. 13 - 18 Jahre
männl.	6,00	5,50	5,00	4,50	4,00	männl. 13 - 18 Jahre
weibl. 45 Jahre und älter	4,00	3,50	3,00	2,50	2,00	
männl.	5,00	4,50	4,00	3,50	3,00	

#### 7. Sektwandzielwurf (10 Bälle/30 Sec.)

Punkte	5	4	3	2	1
6 - 9 Jahre	8	6	4	2	1
ab 10 Jahre	10	8	6	4	2

## 8. Olympische Ringe - Zielwerfen

5 Ringe – je ein Wurf – je ein Punkt = Maximalpunktzahl 5

## 9. Seilspringen (15 sec.)

Punkte	5	4	3	2	1	
6 - 9 Jahre	20	15	12	10	5	
10 - 13 Jahre		30	25	20	12	10
14 - 44 Jahre		50	45	40	30	20
ab 45 Jahre	35	25	20	10	5	

## 10. Medizinball-Weitwurf (rw. über den Kopf)

Punkte	5	4	3	2	1
bis 12 Jahre	5	4	3	2	1 Meter
13 - 17 Jahre	8	7	6	4,50	3 Meter
ab 18 Jahre	9	7,50	6	5,50	4 Meter

### „Auf zum gemeinsamen Singen und Wandern“

Unter diesem Motto laden wir einer langen Tradition folgend alle Freunde des gemeinsamen Gesangs ein. Und dies in ein neues Ambiente. Die Pension „Zur Neuenburg“ in der Wasserstr. 27 hat einen neuen Gastwirt, der den Turnern die Möglichkeit für ihre traditionelle Abendveranstaltung am Samstag abend bietet. Beginn: 20.00 Uhr

Zum anderen soll auch wieder gemeinsam gewandert werden – und dies am Sonntag vormittag – Treff ist auf dem Marktplatz um 10.00 Uhr.

**Wir bitten alle Gesangs- und Wanderfreunde um eine Interessensbekundung bei der Anmeldung im Org.-Büro (siehe Aushang).**

**Bänfer**  
SPORTMANUFAKTUR

# QUALITÄT UND PERFORMANCE



**Qualität und Sicherheit seit 1984** - Einer der führenden Hersteller für Turngeräte, Turnmatten und Methodikgeräte  
Verkauf erfolgt über unsere Fachhändler. Gerne nennen wir Ihnen einen Händler in Ihrer Nähe.

*Herausgeber:*

Landesturnverband Sachsen-Anhalt e.V.  
Manfred-Stern-Straße 7 • 06128 Halle/Saale

*Satz & Gestaltung:*

Raatz Marketing GmbH  
Laasen 14 • 07554 Gera  
www.raatz-marketing.de  
info@raatz-marketing.de

*Redaktion:*

Bianka Hüller, Thomas Scheidt  
Stadt Naumburg-Kultur und Tourismus  
Investitions- und Marketinggesellschaft  
Sachsen-Anhalt mbH

*Fotos:*

*Fotograf:*

Jurai Liptájk



**#moderndenken**

