

Wettkampfprogramm männlich

gültig ab 01.01.2026

Inhaltsverzeichnis:

1. Übersicht Landeswettkampfprogramm	
1.1 Kinderprogramm	3
1.2 Jugendprogramm	4
1.3 Erwachsenenprogramm	4
1.4 Seniorenprogramm	5
2. Übersicht Pokalklassen Landespokal	6
3. Pflichtübungen	
3.1 Kinderklasse 9-11	7-8
https://www.dtb.de/geraetturnen/leistungssport-maennlich	
3.2 AK 7-14	
4. Kürübungen	
4.1 Küranforderungen LK	
4.2 Klarstellungen, NE-Listen	
https://www.kari-turnen.de/Wertungsvorschriften/Maenner/Downloads/01_DTB-Arbeitshilfe_Gtm_KuerMod_2025.pdf?v=2601	

**TK GT Sachsen Anhalt Wettkampfsysteme für Wettkämpfe
auf Landesebene ab 01.01.2026**

Kinderprogramm							
		Gerätanforderung und Geräthöhen					
WK Klasse	Altersklasse in Jahren	Boden	Pauschen pferd	Ringe	Sprung	Barren	Reck
AK 7	bis 7 Jahre	nach Wettkampfprogramm DTB vom 01.03.2025					
			nur Pilz			Stützbarren	sprunghoch
AK 8	8 Jahre		nur Pilz		u. Sprung meth.	Stützbarren	sprunghoch
AK 9/ 10	9-10 Jahre	nach Wettkampfprogramm DTB vom 01.03.2025					
			Einpauschenpilz und Pilz (normal)		u. Sprung meth.	Stützbarren	sprunghoch
Kinderklasse 9-11	9-11 Jahre	Landeswettkampfprogramm vom 01.01.2026					
					Tisch 1,10m	Stützbarren	sprunghoch
LK 3	bis 13 Jahre	Landeswettkampfprogramm und DTB-Aktualisierungen vom 01.01.2026					
					Tisch 1,10m	Stütz- oder Hochbarren	sprunghoch
		• TE zählen für die Mindestzahl • NE behalten den Wert für die D-Note von 0,1 Pkt.					

Jugendprogramm							
		Gerätenforderung und Geräthöhen					
WK Klasse	Altersklasse in Jahren	Boden	Pauschen pferd	Ringe	Sprung	Barren	Reck
LK 3	14-17 Jahre	Landeswettkampfprogramm und DTB-Aktualisierungen vom 01.01.2026					
					Tisch 1,25m	Hochbarren	
			TE f. Mindest- anzahl erlaubt	TE f. Mindest- anzahl erlaubt			TE f. Mindest- anzahl erlaubt
LK 2	14-17 Jahre	DTB-Aktualisierungen vom 01.01.2026					
					Tisch 1,35m	Hochbarren	

Erwachsenenprogramm							
		Gerätenforderung und Geräthöhen					
WK Klasse	Altersklasse in Jahren	Boden	Pauschen pferd	Ringe	Sprung	Barren	Reck
LK 3	ab 18 Jahre	Landeswettkampfprogramm und DTB-Aktualisierungen vom 01.01.2026					
					Tisch 1,35m	Hochbarren	
LK 2	ab 18 Jahre	Landeswettkampfprogramm und DTB-Aktualisierungen vom 01.01.2026					
					Tisch 1,35m	Hochbarren	

Seniorenprogramm							
		Gerätenforderung und Geräthöhen					
WK Klasse	Altersklasse in Jahren	Boden	Pauschen pferd	Ringe	Sprung	Barren	Reck
DTB-Aktualisierungen vom 01.01.2026							
LK 2	30-34	Fünfkampf					
					Tisch 1,35m	Hochbarren	
LK 2	35-39	Fünfkampf					
					Tisch 1,35m	Hochbarren	
LK 2	40-44	Fünfkampf					
					Tisch 1,25m/ 1,35m	Hochbarren	
LK 3	45-49	Vierkampf					
					Tisch 1,25m/ 1,35m	Hochbarren	
LK 3	50-54	Vierkampf					
					Tisch 1,25m/ 1,35m	Hochbarren	
LK 3	55-59	Vierkampf					
					Tisch 1,25m/ 1,35m	Hochbarren	
LK 4	60-64	Vierkampf					
					Tisch 1,10m/ 1,25m	1,20m	1,50m
LK 4	65-69	Vierkampf					
					Tisch 1,10m/ 1,25m	1,20m	1,50m
LK 4	70-74	Dreikampf					
					Tisch 1,10m	1,20m	1,50m
LK 4	75-79	Dreikampf					
					Tisch 1,10m	1,20m	1,50m
LK 4	80+	Zweikampf					
					Tisch 1,10m	1,20m	1,50m

Übersicht Pokalklassen beim Landesmannschaftspokal

Name	Wettkampfklasse	Modus	Besonderheiten
Kinderpokal Pflicht	Kinderklasse 9-11	6/5/3	keine
Kinderpokal Kür	Ki-LK 3	6/5/3	keine
Jugendpokal	Ju-LK 3	6/5/3	-zwei Erwachsenen-LK 3 Turner sind pro Mannschaft zugelassen -pro Gerät darf aber nur ein Erwachsenen-LK 3 Turner starten -die Erwachsenen-LK 3 Turner werden nach Jugend LK 3 bewertet
Landespokal	Erw-LK 3	7/5/3	-zwei Jugend-LK 3 Turner sind pro Mannschaft zugelassen -pro Gerät dürfen auch zwei Jugend-LK 3 Turner starten

Boden:**Taxation**

1.	Aus dem Stand: 3 Schritte Anlauf und Sprungrolle vorwärts, Strecksprung in den Stand, Arme in Hochhalte	2,0
2.	Vorspreizen (rechts oder links) mit Armen in Hochhalte, Schwingen in den flüchtigen Handstand, Abrollen vorwärts in den Stand	2,0
3.	Vorspreizen (rechts oder links) und Handstützüberschlag seitwärts in den Seitstand	1,5
4.	¼ Drehung gegen die Bewegungsrichtung	0,5
5.	Schritt vorwärts zur Standwaage vorlings (2" Halte), Aufrichten in den Stand	2,0
6.	3 Schritte Anlauf und Rondat, Strecksprung in den Stand	<u>2,0</u>
		10,0

Pauschenpferd:

1.	Aus dem Stand vorlings Sprung in den Stütz vorlings	0,3
2.	Seitspreizen des linken Beines nach links	0,3
3.	Seitspreizen des rechten Beines nach rechts	0,3
4.	Seitspreizen des links Beines nach links	0,3
5.	Seitspreizen des rechten Beines nach rechts	0,3
6.	Vorspreizen des linken Beines	1,0
7.	Seitschwingen der gespreizten Beine nach rechts mit Lösen der rechten Hand	1,0
8.	Rückschwingen und Rückspreizen des linken Beines in den Stütz vorlings	1,0
9.	Vorspreizen des rechten Beines	1,0
10.	Seitschwingen der gespreizten Beine nach links mit Lösen der linken Hand	1,0
11.	Rückschwingen und Rückspreizen des rechten Beines in den Stütz vorlings	1,0
12.	Vorspreizen des linken Beines	1,0
13.	Vorspreizen des rechten Beines mit ¼ Drehung links zum Niedersprung in den Querstand seitlings	<u>1,5</u>
		10,0

Ringe

1.	2 Klimmzüge mit gestrecktem Körper, Kinn erreicht die Höhe der Unterkante der Ringe, jeweils mit Senken zum Streckhang	2,0
2.	Aus dem Streckhang, Heben der gestreckten Beine über den Kipphang	0,8
3.	Langsames Heben in den Strecksturzhang (2" Halte)	1,0
4.	Langsames Senken über den Kipphang in den Hang rücklings (2" Halte)	0,7
5.	Heben des Körpers in den Kipphang	0,8
6.	Abschwingen vorwärts in den Hang	0,7
7.	Rückschwung (45°)	0,5
8.	Vorschwung, Rückschwung (45°), Vorschwung	2,1
9.	Rückschwung, Niedersprung in den Stand	<u>1,4</u>
		10,0

Sprung:

Sprungtisch 1,10m

Variante 1:

Anlauf, Absprung vom Sprungbrett Aufhocken, Aufrichten, Strecksprung in den Stand	8,0
---	-----

Variante 2:

Aus dem Anlauf Sprunghocke zum Stand	10,0
--------------------------------------	------

Barren: Stützbarren

1.	Sprung in den Stütz, Vorschung	1,0
2.	Rückschwung (waagrecht)	1,0
3.	Vorschung in den Grätschitz (2" Halte)	1,0
4.	Rolle vorwärts in den Grätschitz	2,0
5.	Schließen der Beine über den hohen Winkelstütz (keine Halte) zum Rückschwung	1,0
6.	Vorschung, Rückschwung, Vorschung	2,4
7.	Rückschwung und mit Wende in den Außenquerstand seitlings ohne Griff am Holm	<u>1,6</u>
		10,0

Reck: sprunghoch

1.	Hüftaufzug in den Stütz	2,0
1.	Rückschwung (45°) und	0,5
2.	Hüftumschwung vorlings rückwärts in den Stütz	1,5
2.	Felgabschwung in den Hang	1,0
3.	Rückschwung (45°)	1,0
4.	Vorschung, Rückschwung (45°), Vorschung	2,4
5.	Rückschwung (45°) und Lösen der Hände mit Niedersprung in den Stand	<u>1,6</u>
		10,0