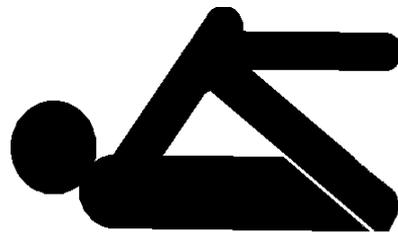


Universität Koblenz-Landau  
Campus Landau  
Fortstraße 7  
76829 Landau/Pfalz

# Ausschreibung



**Spring Jump 2011**

**30. April 2011**

**Meldeschluss: 16. April 2011**

Zum dritten Mal veranstaltet die Uni Landau am 30. April 2011 einen Trampolinwettkampf und ihr seid herzlich eingeladen daran teilzunehmen und mit uns ein paar Tage in der schönen Pfalz zu verbringen.

Wir werden uns wieder größte Mühe geben euch gut zu bewirten und euch die Tage bei uns so angenehm wie möglich zu gestalten.

Unser Wettkampf wird auf dem Doppelmini und dem Großtrampolin ausgetragen. Genügend Zeit zum Üben wollen wir euch durch ein entsprechend langes Einspringen sichern. Durch den Hochsprung und die verschiedenen Pflichten auf dem Großtrampolin soll sichergestellt werden, dass auch ungeübtere Turner/innen eine reale Chance haben.

Wir würden uns über freiwillige Kampfrichter/Höhenmesser freuen. Bitte meldet diese im Voraus an, so dass uns die Planung erleichtert wird.

**HINWEIS:** Bitte bringt alle Schlafsack, Luftmatratze, Besteck, Geschirr und ein Abtrockentuch mit!

**HAFTUNG:** Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko. Daher haben die Teilnehmer/innen für Versicherungsschutz selbst zu sorgen!

Meldungen und Fragen bitte an **[trampolin-landau@web.de](mailto:trampolin-landau@web.de)**.

Ansprechpartner:

Janina                      0163-4730403

## **ZEITPLAN** \*1

Freitag:	19-22 Uhr	Anreise / Einspringen*2
Samstag:	9 Uhr	Frühstück
	9.30 Uhr	Einspringen
	12 Uhr	Wettkampfbeginn
	20 Uhr	Abendessen/Party
Sonntag:	9 -11 Uhr	Frühstück
	Bis 12 Uhr	Abreise

\*1 Änderungen vorbehalten

\*2 Selbstversorgung

## **MELDEGELD**

- Pro Turner/innen 5 Euro
- Essen 5 Euro je Frühstück  
10 Euro Abendessen/Party
- Nachmeldungen 3 Euro (pro Person)
- Abmeldung nach Meldeschluss 50% der Essenskosten

Das Meldegeld ist vor Wettkampfbeginn bar zu entrichten.

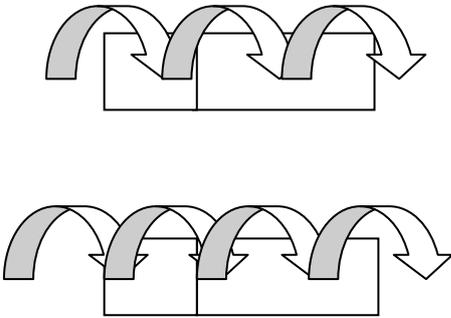
## **TEILNEHMER/INNEN**

Alle Hochschulsportler/innen dürfen teilnehmen. Ehemalige sind ebenfalls gerne gesehen.

## WETTKAMPFMODUS

### Teil 1 – Doppelmini:

Folgende Sprungabfolgen sind erlaubt:



*(Die jeweils letzten beiden Sprünge dürfen keine Strecksprünge sein!)*

Die Pflicht besteht aus 2 Sprüngen. Die erlaubten Sprünge haben folgende Schwierigkeitsgrade:

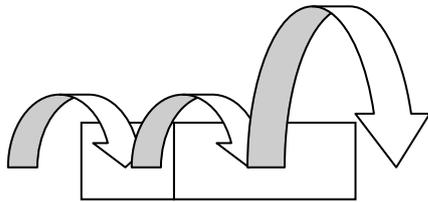
Schwierigkeit	1	2	3	4	5
Sprünge	Hocke, Grätsche, Bücke, halbe Schraube	Ganze Schraube	Salto gehockt	Salto gebückt, gestreckt	Doppelsalto, Salto mit Schraube, Doppelsalto mit Schraube

Sitz-, Bauch- und Rückensprünge sind nicht erlaubt! Ebenso Flugrollen!

Jeder Springer hat zwei Versuche. Jeder Versuch kann mit maximal 10 Punkten ( $\frac{1}{2} \times (1 \frac{1}{2} \times \text{Haltung} + \frac{1}{2} \times \text{Schwierigkeit})$ ) bewertet werden. Der bessere Versuch geht in die Gesamtwertung ein.

## Teil 2 – Hochsprung:

Die folgende Sprungabfolge ist erlaubt:



Beim dritten Sprung gilt es eine Messlatte (flexible Schnur) zu überspringen.

Beim Hochsprung ist zu beachten, dass Rotationen jeglicher Art nicht erlaubt sind. Außerdem ist eine Fußlandung Pflicht.

Jede/r Turner/in hat in diesem Teil des Wettkampfs maximal zwei Fehlversuche.

Beim dritten Fehlversuch geht die letzte übersprungene Höhe in die Wertung ein.

Jeder gültige Versuch führt zu einer Steigerung der zu überspringenden Höhe.

Die maximal zu erreichende Punktzahl liegt auch hier bei 10 Punkten (je höher desto mehr Punkte).

### Teil 3 – Pflicht:

Die Pflicht wird auf dem Großtrampolin geturnt.

1. Pflicht	2. Pflicht	3. Pflicht
Doppelhocke	1/1 Schraube	Barani (frei)
½ Sitz	½ Schraube	Salto sitz rw(frei)
½ Sitz	½ Sitz	½ Sitz
Stand	½ Stand	½ Stand
Grätsche	Rücken	Bücke
Grätsche zum Rücken	½ Rücken	Salto b
Stand	Stand	Hocke
Rücken	Doppelhocke	Salto c
Stand	Salto (frei)	Doppelgrätsche
1/1 Schraube	Salto (frei)*	2/1 Schraube

\*auch zwei gleiche Sprünge sind erlaubt

Die Pflicht kann mit maximal 10 Punkten bewertet werden. Zusätzlich bekommen die Springer/innen der 2. Pflicht einen ½ Punkt Bonus, in der 3. Pflicht 1 Punkt Bonus.

### **ERGEBNIS**

Die Punkte aus Teil 1, 2 und 3 werden addiert. Daher kann jede/r Springer/in maximal 31 Punkte erreichen. Unterschieden wird in der Rangfolge nach Geschlecht. Sieger/in ist, wer die höchste Gesamtpunktzahl erreicht.