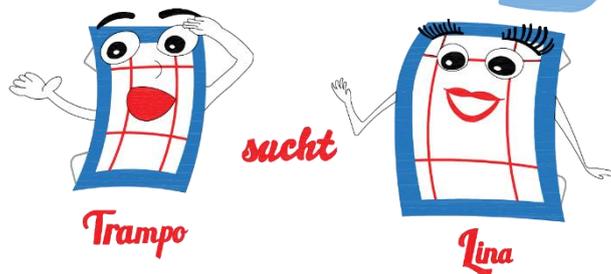
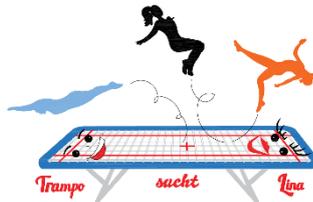


# Mix it Cup 2019



Aktiver junger Hüpfen mit sprunghafter Persönlichkeit sucht kontaktfreudige **Lina** um gemeinsam das Sprungtuch unsicher zu machen.

Ich, **Trampo**, 5,20 m groß, 265 kg schwer, sehr flexibel und dehnbar, bin ein sehr sportliches Gestell und immer für einen Seitensprung zu haben. In meiner Freizeit besuche ich Duschpartys und treffe gerne neue oder auch altbekannte Leute von anderen Unis. Ich würde mich über eine aufgeschlossene und fröhliche **Lina** freuen, die sich dieses Jahr von mir zum ersten Mix it – Cup in Münster ausführen lässt.



**Trampolina** von nah und fern,

endlich ist es soweit der erste Mix it – Cup findet dieses Jahr vom **08. bis 10. November 2019** in Münster statt. Frei nach dem Motto „**Trampo sucht Lina**“ sind alle suchenden Singles, zufriedene Alleinstehende, heimlich Verliebte und glücklich oder unglücklich Vergebene aber in erster Linie **Trampolina** herzlich eingeladen, ein unvergessliches Wochenende in Münster zu genießen. Dieses Jahr mischen wir die Unis durch, also freut Euch schon einmal darauf, noch mehr coole Leute, noch besser kennenzulernen! Damit sind neben Essen, Trinken und Springen auch noch jede Menge neue Bekanntschaften vorprogrammiert. Wenn Euch **Trampos** Kontaktaufruf noch nicht überzeugen konnte, folgen hier die Details zum Wettkampf:

Ausschreibung zum Trampolinwettkampf

Mix it – Cup 2019

Vom 08. – 10. November

in Münster

Stattdessen wird der Kuppelspaß in der Universitätssporthalle am

Horstmarer Landweg 51

48149 Münster

## Die Kuppelstrategie: Mix it Up

Dieses Jahr wollen wir so viele **Tramos** und **Linas** wie möglich wild durcheinandermischen, sodass es völlig egal wird, mit wie vielen Leuten Ihr aus welcher Stadt angereist seid!

Ob noch auf der Suche, schon vergeben oder keines von Beidem, werdet Ihr innerhalb Eurer gewählten Pflichtübung in Teams à 4 Personen zugelost, die aus Springer\*innen der verschiedenen Unis zusammengesetzt werden. Innerhalb des neuen Teams bildet Ihr zwei Synchron-Pärchen. In diesen Paarungen zeigt Ihr Eure Pflichtübung als Zweiersynchron. Anschließend wird im Paarungstanz (die Kür) Eure Teamfähigkeit gefordert. Hier sollt Ihr insgesamt 20 Sprünge zeigen, von denen jedes Teammitglied 5 springt. Ihr startet alle von derselben Weichbodenmatte nacheinander auf das Trampolin. Hierzu aber später mehr...

### Die Original Mix it – Cup Pflichtübungen

Nun wollen wir aber endlich das sportliche Gestell austesten und beweisen, dass auch wir alle mit einer sprunghaften Persönlichkeit Punkten können. Die Pflichtübungen werden als Zweier-Synchronübung geturnt. Es gibt folgende drei Schwierigkeiten aus denen gewählt werden kann:

| <b>Schmetterlinge im Bauch</b> | <b>Herzhüpfen</b>       | <b>Von Biennen und Blümchen</b> |
|--------------------------------|-------------------------|---------------------------------|
| Hocke                          | Salto rw. c in den Sitz | $\frac{3}{4}$ rw. a             |
| Halbe Sitz                     | Halbe Sitz              | Halbe Stand                     |
| Halbe Sitz                     | Halbe Stand             | Grätsche                        |
| Stand                          | Hocke                   | Salto rw. c                     |
| Grätsche                       | Halbe Schraube          | Barani (freie Position)         |
| Rücken                         | Ganze Schraube          | Salto rw. c in den Sitz         |
| Halbe Stand                    | Grätsche                | Ganze Stand                     |
| Halbe Schraube                 | Rücken                  | Hocke                           |
| Bücke                          | Halbe Rücken            | $\frac{3}{4}$ vw. a             |
| Ganze Schraube                 | Halbe Stand             | Ganze Stand                     |

Bewertet wird die Pflichtübung (Zweiersynchron) von 4 Haltungs- und 2 Synchronkampfrichter\*innen. Die Haltungs- und Synchronwertungen werden jeweils gemittelt, sodass pro Synchronpaar je eine Haltungs- und eine Synchronpunktzahl in die Teamwertung eingehen. Bei Abbruch geht nur die Anzahl der synchron-geturnten Sprünge in die Wertung ein. Es gilt das übliche Wertungssystem bei dem jede\*r Kampfrichter\*in maximal 10 Punkte vergeben kann. So kann eine Mannschaft hier maximal 40 Punkte erzielen.

### Der Paarungstanz

Um zu imponieren, zaubern wir gemeinsam eine waghalsige Gruppenperformance aufs Tuch.

Der Paarungstanz besteht aus 20 Sprüngen und wird von 4 Haltungs- und 2 Schwierigkeitskampfrichter\*innen bewertet. Der Haltungswert ist auf maximal 20 Punkte begrenzt. Eine Sprungwiederholung eines einzelnen Teammitglieds führt zur Nichtanrechnung der Schwierigkeit für jeden wiederholten Sprung. Eine Sprungwiederholung unter verschiedenen Teammitgliedern wird nicht bestraft. Die beiden mittleren Haltungswerte werden mit der Schwierigkeit addiert und ergeben die Paarungstanz-Punktzahl. Bei Abbruch wird ein Punkt pro fehlenden Sprung abgezogen. Dies gilt ebenfalls für jeden zu viel geturnten Sprung. Nach einem Abbruch startet sofort das nächste Teammitglied.

Hier die Mindestvorgaben:

|                              | Vor den 5<br>Übungsteilen | Nach den 5<br>Übungsteilen | Schwierigkeit pro 4er Team   |
|------------------------------|---------------------------|----------------------------|--|
| Schmetterlinge<br>im Bauch   | 2 Strecksprünge           | 1 Strecksprung             | 1440 Grad Schraubenrotation (4 Schrauben)  |
| Herzhüpfen                   | 1 Strecksprung            | 1 Strecksprung             | 1800 Grad Schraubenrotation (5 Schrauben)<br>+ 720 Grad Saltorotation (2 Salti)  |
| Von Bienchen<br>und Blümchen | 0 Strecksprünge           | 0 Strecksprünge            | 2160 Grad Schraubenrotation (6 Schrauben)<br>+ 1440 Gard Saltorotation (4 Salti) |

Zum besseren Verständnis des Systems, der Pflicht- und Kürübung, könnt Ihr hier unser „Mix it – Cup 2019 Erklärvideo“ anschauen: <https://www.youtube.com/watch?v=SILLHtlovPM>

## *Ablaufplan*

Damit bei allem Durchgemixe und Kuppelspaß niemand den Absprung verpasst, findet Ihr hier den vorläufigen Ablaufplan:

### Freitag

18:00 – 22:00 Einturnen

Bis 19:30 Abmeldung von Turner\*innen & letzte Änderungen  
(Bei späterer Anreise bitte per Telefon – Telefonnummer siehe unten)

20:00 Bekanntgabe der Teams

### Samstag

08:00 – 10:00 Frühstück

08:00 – 11:00 Einturnen

11:05 Pflichtübungen

13:15 Einturnen und Pause

14:20 Paarungstänze

Ca. 17:15 Siegerehrung

Anschließend Party, Abendessen, Party

### Sonntag

09:00 Frühstück und Brunch

*Da Trennungen nicht leicht sind, wollen wir Euch zum Abschluss noch die Möglichkeit zu einem entspannten Brunch bieten, bevor Ihr wieder abreist.*

Bis 13:00 Abfahrt

## Übernachtung

Da es gemeinsam am meisten Spaß macht, übernachten wir alle zusammen in der Sporthalle. Diese ist praktischerweise auch die Wettkampfhalle. Dazu bitten wir Euch Isomatten und Schlafsäcke mitzubringen und was Ihr sonst noch so für eine gute Nacht benötigt.

## Verpflegung und Party

Damit der Heißhunger gestillt wird, wollen wir Euch am Wettkampftag zu einem reichhaltigen Frühstück und Abendessen ausführen. Anschließend habt Ihr auf der Party die Möglichkeit, Euren individuellen Paarungstanz aufzuführen. Als Stärkung für den Weg zurück und als Möglichkeit, Eure Paarungsnummern auszutauschen, findet am Morgen danach auch noch ein Brunch statt.

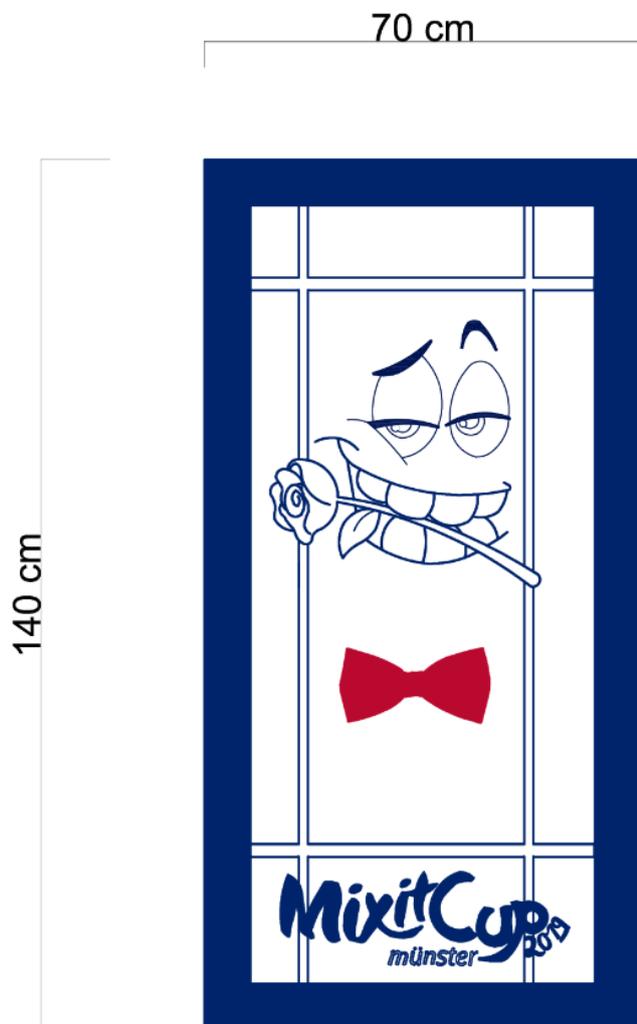
## Duschtücher

Nach einem gelungenen Wettkampf benötigt jedermann und jederfrau ein schickes Handtuch für die Dusche. Daher haben wir uns überlegt, Trampolin-Duschtücher mit unserem Logo weben zu lassen, die dann am Ende des Tages auch direkt eingeweiht werden können.

Ein Muster könnt Ihr hier und auf unserer Facebookseite sehen. Das Duschtuch kostet 16 €.

( <https://www.facebook.com/mixitcup2019> )

Die Bestellung sollte mit der Anmeldung erfolgen und die Ware kann am Wettkampftag abgeholt werden.



vollflächige Einwebung  
- 100% Baumwolle,  
hochwertiges  
Zwirnfrottiertuch

## Anmeldung

Nun fragt Ihr Euch sicherlich wie Ihr mit **Trampo** in Kontakt treten könnt. Dazu hier ein paar praktische Tipps für die erfolgreiche Kontaktaufnahme.

- Der Hochschulsport Münster ist der Veranstalter des Wettkampfs. Deshalb müsst ihr euch zur Teilnahme über die folgende Webseite anmelden. Die Meldegebühr in Höhe von 10,00 Euro pro Person wird per Lastschriftinzug von eurem Konto abgebucht.

[https://muenster.hochschulsport-nrw.de/angebote/aktueller\\_zeitraum/\\_Trampolin\\_Turnier.html](https://muenster.hochschulsport-nrw.de/angebote/aktueller_zeitraum/_Trampolin_Turnier.html)

- Organisatoren des Wettkampfs sind die Trampolinturner\*innen des Hochschulsports Münster. Die Buchung von Übernachtungsplätzen, Verpflegung, etc. erfolgt direkt über die Organisatoren – und *nicht* über den Hochschulsport Münster. Die "Organisationsumlage" (Übernachtung, Verpflegung, etc.) überweist Ihr als Teilnehmende direkt an die Organisatoren. Deshalb ist es wichtig, dass Ihr Euch zusätzlich zur Buchung über die vorherige Website auch per E-Mail an [mixitcup2019@uni-muenster.de](mailto:mixitcup2019@uni-muenster.de) anmeldet.
- Anmelden könnt Ihr Euch ab sofort und **bis zum 01.10.2019** per E-Mail an: [MixItCup2019@uni-muenster.de](mailto:MixItCup2019@uni-muenster.de)

**Für Neulinge des beginnenden Semesters gibt es eine Nachmeldefrist (ohne Handtuch-Garantie) bis zum 27.10.2019.**

Zur Anmeldung gebt bitte folgende Daten an:

- Kontaktperson und Handynummer
- Eine\*n Kampfrichter\*in
- Namen der Turnenden und gewählte Pflichtübung
- Universität
- Anzahl der Fleischessenden und Anzahl der Veganen
- Anzahl der gewünschten Handtücher
- Sowie optional (!) den Beziehungsstatus

Am einfachsten ist es, wenn Ihr unser vorgefertigtes Formular ausfüllt und uns zusendet.

<https://drive.google.com/drive/folders/1b5EUyQuOx9Mmk1YZh-3j49vkwDeU-BJ?usp=sharing>

## Kosten

Die Meldegebühr beträgt insgesamt 32 € (48 € mit Mix It - Cup Duschtuch) und **sollte bis zum 08.10.2019 überwiesen werden**. Ihr bekommt dazu aber noch eine Nachricht von uns. Die Kosten schlüsseln sich wie folgt auf:

- 6 € je Übernachtung inkl. Frühstück (Fr. - So. = 12 €)
- 10 € Meldegebühr für den geplanten Wettkampfstart
- 10 € Abendessen & Party am Samstag
- 16€ Original Mix It - Cup 2019 Duschtuch

## *Anreise*

Damit sich *Linas* und *Tramos* auch ganz sicher finden:

sucht uns am besten am Horstmarer Landweg 51, 48149 Münster auf. Der Eingang befindet sich auf der Rückseite. Die Autos könnt Ihr oben an der Straße parken.

Falls Ihr schon auf der Fahrt Kontakte knüpfen wollt und mit dem Zug anreist, könnt Ihr die Halle auch mit dem Bus vom Hauptbahnhof aus erreichen. Dafür nehmt Ihr am besten:

- Die Linie 2 (Alte Sternwarte über Domplatz) bis zur Corrensstraße (2 Minuten Fußweg bis zur Halle) **oder**
- Die Linie 34 bis zur Apffelstaedtstraße (5 Minuten Fußweg bis zur Halle)

Bei spontanauf tretenden Problemen, Ankunft nach 19:30 Uhr, oder Ähnlichem, könnt Ihr Euch unter folgender Notfalltelefonnummer melden: +49177 4948927 (Yacine)

## *Haftung und Regeln*

Minderjährige sind von der Veranstaltung ausgeschlossen.

Mit der Anmeldung erklären sich die Teilnehmenden damit einverstanden, dass die Ergebnisliste, die insbesondere die Namen der Teilnehmenden beinhaltet, auf [www.unitramp.de](http://www.unitramp.de) veröffentlicht werden darf.

Gleichzeitig erklären sich die Teilnehmenden bis auf Widerruf (vor Ort beim Veranstalter oder per Mail an [MixItCup2019@uni-muenster.de](mailto:MixItCup2019@uni-muenster.de)) damit einverstanden, während der gesamten Veranstaltung fotografiert und gefilmt werden zu dürfen und dass die Ausrichter\*innen diese Fotos zu eigenen Zwecken verwenden / veröffentlichen dürfen.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko. Insofern haben die Teilnehmenden selbst für ihren Versicherungsschutz zu sorgen.