Rundbrief 2026 aktualisiert

Jena, 26.09.2026

Hinweise Pflichtübungen / Kür modifiziert

Ziel des **L**andes**f**ach**a**usschusses (LFA) sowie der Kampfrichterinnenkommission ist es, Änderungen nur zu Beginn des Kalenderjahres vorzunehmen, um somit eine kontinuierliche Arbeit über ein Jahr zu gewährleisten. Der Rundbrief erscheint mindestens jährlich und hat seine Gültigkeit bis zum Erscheinen des nächsten Rundbriefes. Grundlegende Festlegungen wurden nicht geändert, aber der Übersichtlichkeit wegen aus dem aktuellen Rundbrief entfernt. Wichtige Klarstellungen/Festlegungen aus den letzten Jahren bleiben erhalten; neue Klarstellungen aus Fragen/Hinweisen aus den Wettkämpfen sind rot markiert.
Gibt es aus Eurer Sicht Hinweise, Änderungsvorschläge oder Gedanken zur Optimierung des weiblichen Programms, teilt uns diese bis November mit, so dass wir sie für das kommende Jahr bedenken können.

1. Allgemein

Grundlage für die Wettkampf- und Wertungsvorschriften:

➔ www.kari-turnen.de

- **Arbeitshilfen** für Trainer*innen | Übungsleiter*innen | Kampfrichter*innen: Kür modifiziert – LK 1 bis 4: Gerätturnen weiblich, 1. Auflage | 2026 (Abkürzung AH) DTB-Arbeitshilfe 2026
- Code de Pointage 2025 – 2028 (einschließlich möglicher Änderungen und Ergänzungen sowie Klarstellungen im laufenden Jahr) (Abkürzung CdP) CdP_F_Inoffizielle_Deutsche_Uebersetzung
- Nalementeliste 2026ktualisierte Nationale E (Abkürzung NE-Liste) LK_F_NE_Liste
- Help Desk 2026 (Abkürzung HD) (als technische Leitkriterien, derzeit nur in Englisch) Help Desk 2026
- DTB-Leitfaden Breitensport 2026_Leitfaden_DTB_GTw-Breitensport.pdf

➔ www.thueringerturnverband.de
- Pflichtübungen
  - Aufgabenbuch Gerätturnen weiblich 2015 (Abkürzung AB)

in Verbindung mit

  - Änderungen, Ergänzungen und Klarstellungen, 2. Auflage | 2019 unter www.kari-turnen.de
  - Wettkampfprogramm Land weiblich
    - Achtung Änderung Wettkampfprogramm Ak8/9 und Ak10/11 gültig ab dem 01.07.2026

Hinweis:
„Videoaufnahmen sind als Beweisführung zur Beanstandung der Bewertung nicht zugelassen.“ (AH S. 13)

Pflichtübungen – P-Übungen

- Die Übungen **müssen** dem Ausschreibungstext nach geturnt werden, auch **mit dünn gedruckten** Angaben, wobei der Wert den fett gedruckten Elementen entspricht. Die kompositorische Aneinanderreihung der Pflichtelemente am Schwebebalken und Boden kann durch zusätzliche Schritte und kleine Posen frei gewählt werden. Zusätzliche Elemente sind nicht erlaubt.

Zu den Landesmeisterschaften muss zum Einturnen (d.h. zur Vorstellung am Gerät, direkt vor dem Wettkampfbeginn) **schriftlich** angegeben werden, welche P-Stufe die Turnerin turnt. (Am Boden muss zusätzlich die Musik angegeben werden, falls zutreffend) Turnt die Turnerin dann eine andere als die angegebene P-Stufe wird entsprechend nach der im Vorfeld angegebenen P-Stufe gewertet. D.h. ggf. fehlen dann Elemente oder es wurden andere Elemente geturnt und die entsprechenden Abzüge werden vorgenommen.

Sprung

- Es gilt die thüringenspezifische Ausschreibung mit den Ausführungshinweisen.
- Armführung:

  Die Armführung im Einsprung/Absprung erfolgt von hinten oder seitlich nach vorn-oben (Stirnhöhe).

Änderung Abzug ab 01.07.2026: Falsche Armführung (Armkreis vorwärts oder Einsprung mit Arme in Hochhalte) > Abzug 0,3 P.

Der Fokus liegt auf der Fixierung des Arm-Rumpf Winkels in der 1. Flugphase für alle Sprünge (Ziel 170 °).

- P4 AK 8/9 Sprungrolle auf Mattenstapel => entspricht D-Note 4,00 P.:

  Als oberste Matte muss eine stabile Auflagefläche vorhanden sein, damit ein sicheres Aufstehen möglich ist.

- P5 AK 8/9 und 10/11 *Überschlag in Rückenlage* über Mattenstapel ohne Flugphase => entspricht D-Note 5,00 P.:

  In der Abgrenzung zur P6 – erfolgt kein Abzug mehr für fehlenden Abdruck in der 2. Flugphase. Der Abzug von 0,1 bzw. 0,3 P. für einen zu langen Stütz kommt nur zum Tragen, wenn ein Sprung einen deutlich sichtbaren Handstand (Stillstand) zeigt.

  Landung:

  - idealerweise in gerader Position.
  - Nicht erwünscht ist eine deutliche C^- oder C^+-Position (Abzug 0,3 P.)

- P6 AK 10/11 *Überschlag in Rückenlage* über Mattenstapel Sprungtisch bzw. Kasten => entspricht D-Note 6,00 P.:

  Je nach Hallensituation kann der Handstütz- Sprungüberschlag auf Kasten und/oder einen Sprungtisch in die Rückenlage (deutlicher Abdruck) auf erhöhten Mattenstapel (gerade Position) geturnt werden. Der jeweilige Aufbau wird frühzeitig für die Thüringer Einzelmeisterschaften/Mannschaftsmeisterschaften kommuniziert. Auf der Website sind Aufbaumöglichkeiten dargestellt Aufbau Sprung P6.

  In der 2. Flugphase muss ein deutlicher Abdruck sichtbar sein (Abzugsgrößen sind hier 0,1 P./ 0,3 P./ 0,5 P./ 1,0 P.)

  Landung:

  - idealerweise in gerader Position.
  - Nicht erwünscht ist eine deutliche C^- oder C^+-Position (Abzug 0,3 P.)

Stufenbarren / Reck

- P3 AK 8/9:
  - Turnen am Stufenbarrenholm oder auch an Reckstange/Holm am Reck (Geräthöhe: etwa schulterhoch (gleiche Höhe für An- und Abgangsseite)

- P4 AK 8/9:
  - Turnen am Stufenbarrenholm (Holmhöhe 1,75m vom Hallenboden gemessen) oder auch an Reckstange/Holm am Reck (Geräthöhe 1,60m vom Hallenboden gemessen)
  - Als Angang gelten beide Varianten (laut Ausschreibung): ***Hüft-Aufschwung*** *mit Schwungbeineinsatz oder* ***Hüft-Aufzug*** (Hüft-Aufschwung mit beidbeinigem Absprung Abzug: 0,5 P.)

- P5 AK 8/9 o. AK 10/11:
  - Geräthöhe AK 8/9: Stufenbarrenholm (Holmhöhe 1,75m vom Hallenboden) oder Reckstange/Holm am Reck (Geräthöhe 1,60m vom Hallenboden gemessen)
  - Geräthöhe AK 10/11: Turnen nur am Stufenbarrenholm oder auch Holm am Hülsenreck, keine Reckstange (Holmhöhe 1,75m vom Hallenboden gemessen)
  - **Nr. 1** ***(Angang) – Vorschwung, Rückschwung über den Winkelhang*** *in den Stand*
    - Anschweben mit Anspringen erlaubt, der Holm muss nicht bereits zu Beginn der Übung gefasst werden
    - nach dem Rückschwung Festhalten am Holm => bei Lösen der Hände Abzug –0,10 P.

- P6 AK 10/11:
  - Turnen nur am Stufenbarrenholm oder auch Holm am Hülsenreck, keine Reckstange (Holmhöhe 1,75m vom Hallenboden gemessen)
  - **Nr. 1** ***(Angang) – Vorschwung, Rückschwung über den Winkelhang*** *in den Stand*
    - Anschweben mit Anspringen erlaubt, der Holm muss nicht bereits zu Beginn der Übung gefasst werden
    - nach dem Rückschwung Festhalten am Holm => bei Lösen der Hände Abzug –0,10 P.

- P7 AK 10/11:
  - Turnen nur am Stufenbarren laut DTB

Schwebebalken

- Alle P-Stufen:
  - Gerätehöhe: 100 cm

- P6 AK 10/11:
  - **Nr. 1** ***(Angang) – einbeiniger Absprung*** *und* ***Auflaufen*** *(mit Stütz einer Hand erlaubt)*, … => Erfolgt nach dem Absprung kein Auflaufen, sondern die Turnerin verharrt in der Hockposition und muss mit dem Arm nachdrücken, ist dies kein Auflaufen, sondern Aufhocken auf ein Bein => Abzug W.d.E.
  - **Nr. 4 –** ***Handstand***

    Armführung freigestellt, wichtig ist geöffneter ARW in der Handstandposition

    Handstand – Abrollen:

DTB Grundsatz: Bei der aufgeführten Situation ist die Bewertung wie folgt:
Handstand – Abrollen in den Stand
D-Kampfgericht: Abzug W.d.E. **plus** –0,50 P. für „Ersatz eines Pflichtelements“
E-Kampfgericht: ggf. Ausführungsfehler

Für den Handstand kann alternativ die Rolle vw. geturnt werden (von den Füßen auf die Füße).

- Handstand oder Rolle vorwärts sind erlaubt
  - Rolle vorwärts muss von den Füßen auf die Füße geturnt werden

- **Nr. 5** – Drehung mit Vorspreizen > Spielbein muss beim Vorspreizen über der Waagerechten sein
- **Nr. 9** ***(Abgang) – Rondat*** => möglich sind (dynamische Vorwärtsbewegung):
  - Anlauf mit Anhüpfer o. Anlauf o. Anhüpfer

- P7 AK 10/11:
  - **Nr. 1** ***(Angang) – beidbeiniges Sprungaufhocken*** *(Stütz beider Hände erlaubt)*, … => Erfolgt ein Aufhocken auf ein Bein => Abzug W.d.E.
  - **Nr. 8 –** ***Handstand oder Rolle***
    - Siehe Anmerkungen P6
  - **Nr. 11** ***(Abgang) – Handstützüberschlag*** => möglich sind (dynamische Vorwärtsbewegung):
    - Anlauf mit Anhüpfer o. Anlauf o. Anhüpfer

Boden

Zusätzlich zu den DTB-Musiken für die P-Stufen, gibt es eine Wahlmöglichkeit mit neuen angepassten Musiken für die jeweiligen P-Stufen. Die Nutzung einer Musik ist ab der P5 verpflichtend. (Turnen ohne Musik – D-Kampfgericht Abzug 1,00 P. von der Endnote).
Zum Download der angepassten Pflichtmusiken müsst ihr euch (oder die Trainer) als Trainer/innen hier registrieren. Ihr erhaltet innerhalb von 24h Zugriff.

In der P3 und P4 darf mit Musik geturnt werden. Ein Abzug für Turnen ohne Musik erfolgt hier nicht.

In Vorbereitung auf die Kür ist es erwünscht, dass in die Übungen choreographische Sequenzen und Bausteine enthält. Diese Choreographie darf aber keine klar erkennbaren Elemente (NE, CdP-Elemente) enthalten.

Der Abzug „Unterbrechung der vorgeschriebenen Reihenfolge durch zusätzliche Elemente“ (–0,50 P.) sollte nur vorgenommen werden, wenn **eindeutig** ein zusätzliches Element geturnt wurde.

- P3 AK 8/9:
  - Nr. 2 Senken in die Kerze:
    - Armposition beim Senken in die Rückenlage sowie in der Kerze frei gestellt, d.h. auch ein Stütz der Händen beim Senken ist möglich und abzugsfrei
    - Wichtig ist der Fokus auf eine stabile Kerzenposition mit deutlicher Hüftstreckung

- P4 | P5 | P6 AK 8/9 und AK 10/11:
  - **Nr. 1** – ***Handstand*** – ***Abrollen***

    Das Abrollen kann sowohl mit gestreckten Armen als auch mit gebeugten Armen geturnt werden. Das Abrollen muss nach der Handstandsenkrechten beginnen.

    fehlendes Abrollen => Abzug –0,50 P. (Fehlerhinweise AB S. 103/106)

  - **Nr. 3 – *Rolle rw. über den hohen Hockstütz (****Rolle rw. durch den Handstand* ist möglich)

    Endposition beim Turnen der *Rolle rw. über den hohen Hockstütz/ Rolle rw. durch den Handstand / Felgrolle* kann die Grundstellung sein.

    Wenn das Element durch den Handstand geturnt wird, muss ein Abbücken beider Beine erfolgen => beim Abspreizen eines Beines erfolgt ein Abzug von 0,30 P.

  - **Nr. 5 | 6 – *Sprungrolle***: Hüftwinkel unter 90° => W.d.E.

- P4 AK 8/9:
  - Nur 12 m Mattenbahn möglich
  - **Nr. 2 – *Strecksprung mit ½ LAD*** => nicht aus der Hocke abspringen => erst Aufrichten (Kniewinkel > 90°), dann Absprung auch ohne Pause möglich
  - **Nr. 4 –** nach **Handstützüberschlag sw (Rad) mit ¼ Drehung in die Bewegungsrichtung** kann die Turnerin durch Schritte und Choreografie die Bewegungsrichtung wieder so ändern, dass genug Platz für die Sprungrolle ist. Drehung darf kein Element sein (bspw. mehrere Schritte zur halben Drehung mit Choreographie möglich)

- P5 AK 8/9 | AK 10/11:
  - Nur 12 m Mattenbahn möglich
  - verpflichtende Nutzung einer der zur Auswahl stehenden Musiken bzw. der DTB- Musik

- P6 | P7 AK 10/11:
  - verpflichtende Nutzung einer der zur Auswahl stehenden Musiken bzw. der DTB-Musik
  - 12 m Mattenbahn oder Bodenfläche möglich (sofern die Wettkampf-/Hallenbedingungen eine Wahl ermöglichen)
  - **Verbindungen z.B. *Rondat – Strecksprung***: / Rondat -Grätschsprung / Spagatsprung – Pferchensprung 1/2
    keine Anerkennung eines der beiden Pflichtelemente
    => W.d.E. + 0,50 P. (Ersatz / Auslassen eines Pflichtelementes)
    + 0,50 P. (Unterbrechung einer Verbindung) (AB S. 35)

- P7 AK 10/11:
  - **Nr. 7 Handstützüberschlag** (Landung beidbeinig) oder **Salto vorwärts gehockt** ist möglich

3. Kür modifiziert (Leistungsklassen) – KM (LK)

Allgemein

- Mattenlage im Lande-/ Abgangsbereich: (Sprung, Stufenbarren, Schwebebalken)

  Mattenlage + Landematte = 30 cm vom Hallenboden gemessen

Zusätzliche Landematte (DTB-Leitfaden 2026, S. 5):

- Nur am Boden erlaubt (bis 10 cm). Muss zu Beginn der Übung liegen, darf nicht verschoben werden während der Übung, kann aber unauffällig nach dem Element vom Boden entfernt werden. Es ist kein Antrag zur Nutzung notwendig.
- An allen anderen Geräten ist keine zusätzliche Landematte erlaubt > Neutraler Abzug 0,50 P bei Nutzung.

- Element ohne SW – mit Sturz:

  Wenn für das E-Kampfgericht deutlich erkennbar ist, dass ein Element keinen SW erhält und die Turnerin stürzt, dann erfolgt nur der Abzug für Sturz (–1,00 P.). (siehe Help Desk S. 40)

  - Beispiele: Flugelement ohne Holmberührung (Stufenbarren)

    Landung nicht auf dem Schwebebalken (Schwebebalken)

Sprung

- Landezone:

  Regelungen gemäß CdP gelten hier nicht (AH S. 29), aber Abzug „Abweichen von der geraden Richtung“ nach Augenmaß.

- Bei Sprüngen mit LAD gilt: mehr als 90° Abweichung von LAD = Aberkennung der LAD / Abwertung auf Sprung mit ½ LAD weniger => anderer Sprung (D-Note)

- zusätzlicher Stütz der Hände:

DTB Festlegung vom 07.02.2019: Stütz-/ Abdruckphase:	
zusätzlicher Stütz (Nachstützen/Laufen auf dem Sprunggerät)	je –1,00 P.

Stufenbarren

- Holmhöhen: uH 1,75m, oH 2,55m, max. Breite 1,80m (DTB: Richtlinien zur Abwicklung von Wettkampfveranstaltungen Gerätturnen Breitensportbereich w/m)
- Max. Abzug für die Ausführung eines Elementes: beträgt 0,80 Punkte (AH S.40) – Die Abzüge für Zwischenschwung, Streifen der Matte und Schlagen gegen das Gerät werden **zusätzlich** berücksichtigt.

- das Nationale Elemente (NE) „Aufhocken/Aufbücken/Aufgrätschen aus dem Rückschwung“ zählt nur als Element aus dem einfachen Rückschwung, nicht nach dem „Aufhocken/Aufbücken/Aufgrätschen“ aus einem Handstand:
  Es muss klar erkenntlich sein, dass die Turnerin einen Rückschwung ohne einen Handstandversuch turnt

  Führt die Turnerin einen sehr hohen Rückschwung aus und setzt deutlich sichtbar beide Beine nacheinander an/auf den Holm, ist es ein Abspreizen > zählt nicht als (NE) „Aufhocken/Aufbücken/Aufgrätschen“

Schwebebalken

- Die Abgangsseite ist freigestellt. (AH S. 44)

- Verbindungen: Das Spielbein kann vor oder nach dem Stand-/ Landebein aufgesetzt werden. Es darf kein zusätzlicher Schritt zu sehen sein. (AH S. 50)

DTB: Erfolgt eine Gewichtsverlagerung nach hinten, so ist die Verbindung unterbrochen (analog der Anforderungen an Balkenverbindungen gemäß CdP).

- gymnastische Sprünge mit LAD (gemäß CdP Abschnitt 8.2.2 / Seite 29):
  - Bei gymnastischen Sprüngen mit 1/1 LAD und mehr kann die Hock-/ Bück-/ Spreizposition am Anfang, in der Mitte oder am Ende der Drehung gezeigt werden (Technik beliebig).
  - Bei gymnastischen Sprüngen mit ½ LAD muss die Hock-/ Bück-/ Spreizposition am Anfang oder am Ende der Drehung gezeigt werden.

- die Rolle vw. in ihren verschiedenen Ausführungen (Angang Aufrollen/ freie Rolle/Rolle vw.) kann in den Sitz/Reitsitz geturnt werden (AH S. 45 und NE-Liste) – die Rolle rw. muss aber auf mind. einen Fuß geturnt werden (CdP S.141)

- Element 4.307 (Rolle sw): Um den Schwierigkeitswert C zu erhalten, muss das Element ohne Handunterstützung in Rückenlage ausgeführt werden. Wird das Element mit den Händen am Balken ausgeführt, erhält es den Schwierigkeitswert B. (HD S. 85)

- Abzug: Angang ohne Element: - 0,10 > Dieser Abzug kommt **nur** zum Tragen, wenn der Angang keinen SW bekommt, z.B. Aufrollen mit Sturz (Füße ohne Kontakt mit dem Balken von oben.)

Boden

- gymnastische Sprünge mit LAD (gemäß CdP Abschnitt 9 / Seite 2):
  - Bei gymnastischen Sprüngen mit 1/1 LAD und mehr kann die Hock-/ Bück-/ Spreizposition am Anfang, in der Mitte oder am Ende der Drehung gezeigt werden (Technik beliebig).
  - Bei gymnastischen Sprüngen mit ½ LAD muss die Hock-/ Bück-/ Spreizposition am Anfang oder am Ende der Drehung gezeigt werden.
- Änderungen CdP 2025-2028: Der Sprung mit Beinhalte (1.112) mit ½ Drehung ist von B auf A abgewertet. Der Sprung mit Beinhalte mit 1/1 ist von C auf B abgewertet (1.212)

Wir werten zugunsten der Turnerin!

Diese Hinweise sind keine Garantie für Vollständigkeit. Bitte informiert euch regelmäßig über Änderungen im Kampfrichterinnenbereich.

Kampfrichterkommission

Anne Kindler, Birgit Herrmann und Andrea Hoffmeier

Bei Fragen und Problemen schreibt mir bitte: ahoffmeier_kampfrichter@gmx.de