

Handreichung zum Schulwettkampf

Jugend trainiert für Olympia & Paralympics

Gerätturnen Schuljahr **2026/2027**

Wettkampf U14

Für das Schuljahr 2026/2027 wurde diese Handreichung überarbeitet. Wesentliche Änderungen haben eine rote Schrift.

Eine Mannschaft besteht aus insgesamt fünf Schüler*innen. An den Gerätebahnen A und B sowie den Sonderprüfungen Standweitsprung und Tau-/Stangenklettern fließen jeweils nur die vier höchsten Wertungen an jedem Gerät in das Mannschaftsergebnis ein. Bei der Gerätebahn C und dem Staffellauf müssen alle fünf Schüler*innen eingesetzt werden und kommen in die Wertung.

Im Schuljahr 2026/27 sind die Jahrgänge 2014 und jünger (U14) ab Klasse 5 startberechtigt.

Inhalt:

- | | |
|---------------------|--|
| - Gerätebahn A | Reck – Boden - Sprung (Bock) |
| - Gerätebahn B | Schwebebalken - Boden - Parallelbarren |
| - Gerätebahn C | Synchronturnen |
| - 3 Sonderprüfungen | Standweitsprung - Klettern (Stange) - Staffellauf |

Um einen Eindruck von diesem Wettkampf zu bekommen einige Videos unter
[Videos bei Gymtotal](#)

Der Wettkampf ist für Mädchen- und Jungenmannschaften ausgeschrieben. Startet eine gemischte Mannschaft, so zählt sie je nach Überzahl des Geschlechts zu den Mädchen- oder Jungenmannschaften. Die Festlegung erfolgt mit der ersten Meldung und gilt für den gesamten Qualifikationsweg.

Ansprechpartner von Seiten des DTB

Für fachliche und inhaltliche Fragen und Informationen zu diesem Wettkampf:

[DTB - Homepage](#)

E-Mail: jugendtrainiert@dtb.de



[Wertungsköpfe U 14](#)

Erläuterung der Gerätebahnen und der Sonderprüfungen

Die Gerätebahnen A und B werden in eine Bewegungsrichtung geturnt.

Gerätebahn A – von allen Schüler*innen einzeln zu turnen

- **Reck** (schulterhoch)
Aus dem Stand vorlings mit Ristgriff: Hüft-Aufschwung mit Schwungbeineinsatz (aus dem Stand oder aus dem Schritt) oder Hüft-Aufzug in den Stütz; Vorschung, Rückschwung mit Hüft -Umschwung rückwärts, a) mit direkt anschließendem Felgunterschwung in den Stand; oder b) Vorschung, Rückschwung in den freien Stütz, Niedersprung, Felgunterschwung mit Schwungbeineinsatz (auch beidbeinig) in den Stand.
- **Boden** (Bodenläufer 12 m, ersatzweise aneinandergelegte einzelne Matten)
Aus dem Stand: 2-3 Schritte vorwärts, Handstütz-Überschlag seitwärts (Rad) links, Aufrichten beliebig, weiter in der Bewegungsrichtung, Schritt vorwärts, Handstütz-Überschlag seitwärts rechts, Aufrichten beliebig, Schließen der Beine in den Stand.
- **Sprung** (Bock 1,10 m oder 1,20 m; Brettabstand variabel)
Sprunggrätsche

Gerätebahn B – von allen Schüler*innen einzeln zu turnen

- **Schwebebalken** (Höhe 1 m – ab Boden)
Aus dem Seitstand vorlings am Schwebebalken: Absprung, Drehhockwende, Aufrichten über die Schrittstellung in den Stand; 1 bis 2 Schritte, Pferdchensprung oder Hocksprung; 1 bis 2 Schritte, 1/2 Drehung im beidbeinigen Ballenstand; **3 Schritte** jeweils mit Vorspreizen (rechts – links oder links – rechts); 1 bis 2 Schritte flüchtige Standwaage (Haltezeit 2 Sek. erlaubt); Abgang: (Anlauf/ Anhüpfer erlaubt), Rondat (Radwende) in den Querstand vorlings.
- **Boden** (Bodenläufer 12 m, ersatzweise aneinandergelegte einzelne Matten)
Aus dem Stand: Schritt vorwärts und Aufschwingen in den flüchtigen Handstand (Haltezeit 2 Sek. erlaubt), Abrollen, Aufrichten in den Stand, Strecksprung mit 1/2 Längsachsendrehung, Rolle rückwärts über den hohen Hockstütz in den Hockstand (Felgrolle erlaubt), Strecksprung mit 1/2 Längsachsendrehung in den Stand.
- **Parallelbarren** (brusthoch)
Aus dem Innenquerstand auf einem kleinen Kasten: Absprung zum Vorschung, Rückschwung, Vorschung mit Grätschen und Schließen der Beine, Rückschwung, Vorschung, Kehre mit 1/4 Drehung einwärts in den Außenseitstand vorlings. (1/4 Drehung zum Barren in den Stand mit Körpervorderseite zum Barren und Griff am Barrenholm).

Gerätebahn C

Die **Gruppenübungen 1** (Boden) **und 2** (Langbank) werden von allen 5 Mannschaftsmitgliedern in einem Durchgang gemeinsam gezeigt. Die **Partnerübung 3** (Boden) wird paarweise (zwei Paare) gezeigt.

- **Gruppenübung 1: Schattenrollen** (Bodenläufer 12 m, ersatzweise aneinandergelegte einzelne Matten)
Alle fünf Mannschaftsmitglieder turnen nacheinander einsetzend, synchron, hintereinander, in ununterbrochener Reihenfolge jeweils vier Rollen vorwärts mit direkt anschließendem Strecksprung, wobei die Nachfolgenden mit dem Strecksprung nach der Rolle der Vorausturnenden beginnen. Kein Stopp der Bewegung zwischen den Elementen.
- **Gruppenübung 2: Schattenhockwenden** (zwei Turnbänke á 4 m, die breite Seite oben, hintereinandergestellt)
Alle fünf Mannschaftsmitglieder turnen nacheinander jeweils acht fortlaufende Hockwenden über der Bank mit dem gesamten Körper in rhythmischer Folge mit oder ohne Zwischenfedern, wobei die Nachfolgenden mit der zweiten Hockwende der Vorausturnenden einsetzen. Kein Stopp der Bewegung zwischen den Elementen.
- **Partnerübung 3: Synchronübung** (2 Bodenläufer 12 m nebeneinander, ersatzweise aneinandergelegte einzelne Matten)
Die Paare turnen jeweils parallel und synchron drei bis fünf verschiedene Übungsteile (darunter mind. zwei akrobatische Elemente) als fließende Bewegungsverbinding. Akrobatische Elemente sind unter anderem Rollen vorwärts und rückwärts in allen Variationen, Handstand, Rad, Rondat (Radwende)... Handstandabrollen ist **ein** Element. Diese Definition für akrobatische Elemente gilt ausschließlich bei *Jugend trainiert* in U 14.

Sonderprüfungen

- **Standweitsprung:**
Es wird auf Hallenboden ohne Mattenunterlage gesprungen. Jede*r Schüler*in der Mannschaft führt drei fortlaufende Standweitsprünge mit beidbeinigem Absprung und beidbeiniger Landung aus.
- **Klettern:**
Tae oder Stangen, je nach Örtlichkeiten, beim Bundesfinale wird an der Stange geklettert. Jede*r Schüler*in sitzt auf einem kleinen Kasten im Grätschsitz vor der Stange, die Hände sind an der Stange/am Tau. Auf ein Startkommando erfolgt das Klettern (mit oder ohne Einsatz der Füße) bis zu einer festgelegten Markierung (4 m vom Boden gemessen). Die Füße dürfen zum Start den Boden und/oder den Kasten nicht berühren.
- **Staffellauf:**
Sprint-Umkehrstaffel mit Übergabe eines Tennisrings; es starten alle fünf Mannschaftsmitglieder. Die Start- und Wendemarken sind an den Grundlinien eines Volleyballfeldes oder einer anderen entsprechenden Spielfeldmarkierung mit einer Länge von 18 m. Der Start erfolgt aus dem Hochstart neben einer Markierungsstange. Beim Wechsel wird der Tennisring übergeben und um die Markierungsstange herum geführt. In einem festgelegten Bereich (ca. 1,5 m hinter der Markierungsstange) darf sich nur der folgende Läufer/die folgende Läuferin aufhalten, alle anderen Läufer*innen befinden sich hinter der Markierung hintereinander sitzend auf einer Bank.

Organisatorische Hinweise

Je Sonderprüfung wird ein*e Kampfrichter*in und ein*e Helfer*in eingesetzt. Sie messen die Zeiten bzw. die Weiten. An jeder Gerätebahn werden zwei Kampfrichter*innen eingesetzt, die alle drei Stationen der Gerätebahn bewerten.

Verletzung / Ausfall eines Mannschaftsmitgliedes

Während des Wettkampfes

An der **Gerätebahn C** wird an der Station 1 (Schattenrollen) und 2 (Schattenhockwenden) **jeweils** 1 Punkt vom Endergebnis abgezogen. Bei der **Staffel** wird der fünfte Läufer aus den vier Schüler*innen gelöst.

Tritt eine Mannschaft nur mit vier Schüler*innen an, wird die Mannschaft an der **Gerätebahn C** und im **Staffellauf** auf den letzten Platz gesetzt.

Bewertungshinweise

Gerätebahnen

Eine Gerätebahn besteht aus drei Stationen, jede Station wird mit bis zu sechs Punkten bewertet.

Gerätebahn A und B

Je Station/Gerät werden je Turner*in bis zu sechs Punkte vergeben.

Gerätebahn C

Je Station werden für Synchronität und Ausführung bis zu sechs Punkten vergeben.

Bewertungsvorschlag Gerätebahnen

Die Wertungen der zwei Kampfrichter*innen werden addiert und je Turner*in an jedem Gerät bzw. an Gerätebahn C je Station gemittelt.

Die Wertung erfolgt in 1/10 Punkten. Zur Erleichterung kann auf unteren Ebenen mit ganzen und halben Punkten gewertet werden.

Zur Beurteilungsorientierung in 1/10 Punkten

Beurteilung	sehr gut	gut	befriedigend	ausreichend	mangelhaft
Bewertung/Punkte	6,0 P. – 5,5 P.	5,4 P. - 4,5 P.	4,4 P. – 3,5 P.	3,4 P. – 2,5 P.	2,4 P. – 0,5 P.

Zur Beurteilungsorientierung in 1/2 Punkten

Beurteilung	sehr gut	gut	befriedigend	ausreichend	mangelhaft
Bewertung/Punkte	6,0 P. – 5,5 P.	5,0 P. - 4,5 P.	4,0 P. – 3,5 P.	3,0 P. – 2,5 P.	2,0 P. – 0,5 P.

Zusätzliche Hinweise zu Gerätebahn A & B

Sturz:	0,50 Punkte Abzug (auch auf und gegen das Gerät).
Auslassen eines Elementes:	1,00 Punkte Abzug
Zusätzliches Element:	1,00 Punkte Abzug

Die in den Übungen beschriebenen Elementalternativen werden weder bonifiziert, noch abgewertet.

Gerätebahn A-Boden: Es gibt keinen Abzug, wenn zuerst das Rad zur rechten Seite und dann das Rad zur linken Seite gezeigt wird.
Werden beide Räder in einer Bewegungsrichtung gezeigt, entspricht dies dem Abzug „Auslassen eines Elementes“

Gerätebahn B-Boden: Wird das Handstandabrollen ersetzt durch Handstand, Absenken, Rolle vorwärts oder nur Rolle vorwärts, entspricht dies dem Abzug „Auslassen eines Elementes“

Gerätebahn B-Parallelbarren: Berühren der Holme mit den Beinen: jeweils 0,50 Pkt. Abzug

Zusätzliche Hinweise zu Gerätebahn C

Gruppenübung 1 & 2

Fehlendes oder zusätzliches Element: je 0,50 Punkte Abzug (maximal 2,00 Punkte je Station)

Partnerübung:

Fehlendes akrobatisches Element: je 1,00 Punkte Abzug

zusätzliches Element: je 0,50 Punkte Abzug

Das Hauptbewertungskriterium ist bei dieser gesamten Gerätebahn C die Synchronität. Technische Fehler werden abgezogen, da die Elemente dann nicht mehr synchron sind. Synchronität wird nicht beeinträchtigt durch seitenverkehrte Ausführung.

Zusätzliche Hinweise zu den Sonderprüfungen

Standweitsprung:

Die Weiten werden nach dem 3. Sprung an der Ferse gemessen.

Es müssen feste Sportschuhe getragen werden.

Die Weitenmessung endet nach dem 3. Sprung oder bei nicht beidbeinigem Absprung bzw. nicht beidbeiniger Landung entsprechend früher.

Klettern:

Die Zeitmessung beginnt mit einem Startsignal und endet mit dem ersten Berühren der Markierung oder nach Ablauf von 30 Sekunden.

Bei Nichterreichen der Zielmarkierung bzw. technischem Fehler erfolgt für den jeweiligen Schüler/die jeweilige Schülerin eine Zeitanrechnung von 30 Sekunden.

Magnesia darf benutzt werden.

Staffellauf:

Es müssen feste Sportschuhe getragen werden.

- Der Einsatz von Hilfs-/Haftmitteln jeglicher Art ist verboten und führt zur Disqualifikation. Über Ausnahmen bei extrem rutschigem Hallenboden entscheidet die Wettkampfleitung.
- Bei Wechselfehler und/oder zweimaligem Fehlstart wird die Mannschaft auf den letzten Platz gesetzt.
- Die Zeitmessung beim Staffellauf kann auch mit einer digitalen Zeitmessung erfolgen.
- Individuelle Fehler (wie z.B. Ringverlust während des Laufes, Sturz oder manuelles Fehlauslösen) führen nicht zu einer Startwiederholung.

Berechnung/Siegerermittlung

- Der Sieger des Wettbewerbs wird durch eine Rangfolgeberechnung ermittelt. Sieger ist die Mannschaft mit der niedrigsten Rangfolgesumme. Hierzu werden die Platzierungen der vier Ranglisten (drei Gerätebahnen und den Sonderprüfungen) addiert.
- Aus den 3 Sonderprüfungen werden jeweils die Rangfolgen ermittelt, diese 3 addiert und daraus eine Rangfolge Sonderprüfungen ermittelt.
- Bei Punktgleichheit entscheidet die bessere Rangfolge bei den drei Gerätebahnen. Bei weiterer Punktgleichheit entscheidet die bessere Platzierung beim Stangenklettern.

Wettkampfkleidung

allgemein

Bei Bundesfinalveranstaltungen ist entsprechend der Vereinbarungen der Kommission Sport der KMK über die Werbung bei Finalveranstaltungen das Tragen von Kleidung mit Werbeaufdruck im Wettkampf zulässig, sofern die Bestimmungen der Deutschen Schulsportstiftung eingehalten werden. Dementsprechend darf die Werbefläche für maximal einen kommerziellen Sponsor die Größe von 256 cm² nicht überschreiten. Um zu verdeutlichen, dass es sich um eine Schulveranstaltung handelt, darf die Wettkampfkleidung außerdem den Schul- bzw. Ortsnamen tragen. Die von den Bundesländern zur Verfügung gestellten „Länderjacken“ werden gerne gesehen. Bei Nichtbeachtung wird das Schieds- bzw. Kampfgericht die Spiel- bzw. Startberechtigung entziehen.

Bei den Bundesfinalveranstaltungen haben alle Mannschaften in **einheitlicher** Sportkleidung entsprechend den Wettkampfbestimmungen der jeweiligen Spitzenverbände des DOSB anzutreten. Schulmannschaften, die diese Anforderungen nicht erfüllen, werden vom Schieds- bzw. Kampfgericht zum Wettkampf nicht zugelassen.

Quelle: Standardprogramm „Jugend trainiert für Olympia und Paralympics“

Wettkampfkleidung weiblich

Ausführliche Hinweise zum Gymnastikanzug siehe Quelle unten zu:

- „ohne oder mit Beine“, - „Ausschnitt vorn und hinten“, - „mit oder ohne Ärmel“, - „zur Kopfbedeckung“

In Mannschaftswettkämpfen muss der Turn-/Gymnastikanzug einschließlich der Hosen für alle Mannschaftsmitglieder beim Einmarsch und der Siegerehrung einheitlich sein. An den jeweiligen Geräten ist (...) das Tragen der Hose freigestellt.

Das Tragen von Schmuck ist nicht erlaubt. (...)

Vollständige Quelle: Arbeitshilfen Kür modifiziert- LK 1 bis 4 – weiblich Seite 7

Wettkampfkleidung männlich

Das Tragen eines Trikots ist obligatorisch

Bei einem Mannschaftswettkampf müssen alle Mitglieder in Art und Farbe das gleiche Trikot und die gleiche Wettkampfhose tragen.

Quelle: Aufgabenbuch des DTB Gerätturnen männlich 2015

Bei den gemischten Mannschaften entfällt der Abzug „uneinheitliche Kleidung“, wenn die Jungen eine einheitliche aber von den Mädchen abweichende Kleidung tragen. D.h. beide Geschlechter tragen jeweils eine einheitliche Kleidung.

Achtung: bei den Schulwettkämpfen sind Ohrstecker verboten.