

Zwischenbericht Turn-Talentschule und Landeskader

DTB Turn-Kongress, 14.-16.01.2022:

Der DTB (Deutscher Turnerbund) Turn-Kongress wurde in diesem Jahr aufgrund der pandemischen Lage live aus dem Leistungszentrum in Frankfurt gestreamt. 10 Turn-Talentschul- und Kadertrainer*innen aus Schleswig-Holstein nahmen an der Fortbildung teil und lernten viel dazu. Der Themenschwerpunkt lag in den 15 Lerneinheiten auf der Vorstellung der neuen veränderten Pflichtübungen. Zu den Referent*innen zählten die Top-Trainer*innen um die DTB-Nachwuchsbundestrainerin Claudia Schunk. Zu weiteren Themen der Tagesordnung zählten die neuen Wertungsvorschriften des Pflichtprogramms und der neuen Code de Pointage. Außerdem wurden fachübergreifende Themen, wie die „Gewaltfreie Kommunikation“ und Einblicke in die Biomechanik besprochen.

Turn-Talentschul Lehrgang #1, 26.02.2022:

Zum ersten Turn-Talentschul Lehrgang 2022 kamen Nachwuchstalente aus 12 Vereinen aus ganz Schleswig-Holstein zusammen mit ihren insgesamt 18 Trainer*innen. Im Landesleistungszentrum Kiel wurde unter der Leitung von Kathrin Fudickar und Lina Ornowski in zwei Durchgängen an den Geräten trainiert. Sowohl die Turnerinnen als auch die Trainer*innen haben viel voneinander gelernt. Im ersten Durchgang arbeiteten die AK 5 und 6 an ihren Grundlagen. Die AK 7 und 8 bereitete sich im zweiten Durchgang auf die anstehende Athletik-Abnahme und auf ihre Pflichtübungen vor. Insgesamt waren 36 Turnerinnen dabei. Allen hat es Spaß gemacht und alle wollen auch beim nächsten TTS Lehrgang wieder dabei sein. Videohighlights sind auf dem Instagram-Kanal der TTS (@turntalentschule_sh) zu sehen.



Online Athletik Abnahme, März 2022:

Der alljährliche AN-Pokal (Athletische Normen) ist in diesem Jahr leider der COVID-19-Pandemie zum Opfer gefallen. Dennoch bewiesen die Turnerinnen ihre Kraft und Beweglichkeit bei der dezentralen Athletikabnahme im eigenen Verein an 8 Stationen.



Alva beim Hangeln, Aleksandra beim Handstand an der Wand und Leonie bei den Klappmessern an der Sprossenwand

Athletik Pokal 2022		Datum:	
Names:		Verein:	
		AK:	
1 Klettern und Hangeln am Tau (1 Versuch)			
Klettern		Hangeln	
Pkt.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15	16 17 18 19 20	4 m Hangeln Zeit
Leist.	1m 2m 3m 4m 22s 20s 18s 16s	1m 1,5m 2m 2,5m 3m 3,5m 4m	20s 18s 16s 14s 12s
2 Sprint (1 Versuch)			
Pkt.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20		
Leist.	4,8s 4,7s 4,6s 4,5s 4,4s 4,3s 4,2s 4,1s 4,0s 3,9s 3,8s 3,7s 3,6s 3,5s 3,4s 3,3s 3,2s 3,1s 3,0s 2,9s		
3 Schweitzer (1 Versuch)			
Grätschwinkelstütz auf Klötzen		Füße auf 5cm hohen Matte, Hände auf Boden	
auf dem kleinen Balken		auf dem Boden	
Pkt.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16		
Leist.	10s 15s 20s 25s	1x 2x 3x 4x 5x 6x	1x 2x 3x 4x 5x 6x
aus dem Grätschwinkelstütz			
Pkt.	8 9 10 11 12 13	15 16 17 18 19 20	
Leist.	1x 2x 3x 4x 5x 6x	1x 2x 3x 4x 5x 6x	
4 Klappmesser an der Sprossenwand (1 Versuch)			
gehockt, Knie an die Brust		gehockt, Füße an die Sprossenwand	
ganze Klappmesser (180°)		halbe Klappmesser (90°)	
10 halbe Klappmesser Zeit			
Pkt.	1 2 3 4 5 6 7	10 11 12 13 14 15	16 17 18 19 20
Leist.	1 3 6 10	1 3 5 6 8 10	22s 20s 18s 16s 14s
Pkt.	10 7 6 9 10 11		
Leist.	1 3 5 6 8 10		
5 Handstand (1 Versuch/Wand - 3 Versuche/Boden und Holm)			
Wand, 2 Hände entfernt		Wand, rechte an 5cm entfernt	
frei auf dem Boden		auf einem Bodenholm	
Pkt.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20		
Leist.	10s 20s 10s 20s 4s 6s 8s 10s 12s 14s 16s 18s 20s	4s 6s 8s 10s 12s 14s 16s	
6 Spagat links/rechts, hinteres Bein angewinkelt an der Wand (1 Versuch)			
Pkt.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10		
Leist.	50 cm 40 cm 30 cm 25 cm 20 cm 15 cm 10 cm 5 cm 0 cm 1 Ma.vom		
Abstand Unterseite vorderer Oberschenkel zum Boden, Hüfte max. 45° ausgelehrt!			
7 Brücke mit Füßen auf kleinem Kasten (1 Versuch)			
Pkt.	2 4 6 8 10		
Leist.	75° 80° 85° 90°		über 90°
8 Komplexbübung			
Gesamt			

Die AK 10 und 11 aus dem Landesleistungszentrum führten die Athletikabnahme als ersten Mickey-Mouse Wettkampf durch. Damit wird die Idee und Aufforderung des DTBs, mehr und besonders kindgerechte, z.B. themenbezogene Wettkämpfe für die jungen Turnerinnen auszurichten, aufgegriffen. So sollen die Turnerinnen mit viel Spaß an der Sache mehr Wettkampferfahrungen sammeln. Die Idee bewährte sich in diesem Probelauf, sodass im Juni ein Mickey-Mouse Wettkampf für alle Turn-Talentschulkinder aus Schleswig-Holstein stattfinden kann.



Beim Mickey-Mouse Wettkampf verkleiden sich die Turnerinnen als Mickey-Mäuse und binden ihre Haare zu zwei Dutts wie Mickey-Mouse Ohren zusammen.

Landeskader Lehrgänge, 23.01., 13.02., 06.03., 27.03. und 01.05.2022:

Bereits fünf Mal in diesem Jahr kamen die Landeskaderturnerinnen zusammen, um gemeinsam zu trainieren. Im Landesleistungszentrum in Kiel wurde Sonntags unter der Leitung von Kathrin Fudickar und mit der Unterstützung von den Kadertrainerinnen Lina Ornowski, Svenja Denise Kramm, Virgenie ten Voorde, Katharina Pommerening und Dagmar Beissel sowie weiteren engagierten Trainer*innen an den Grundlagen, der Athletik, Gymnastik und den Übungen für die Wettkämpfe in diesem Jahr geübt.



Landeseinzelmeisterschaften AK 6-11, 24.04.2022:

Am 24.04. war es so weit – nach langer Zeit endlich wieder ein Wettkampf, bei dem die Turnerinnen nicht nur den Kampfrichter*innen sondern auch den Zuschauer*innen ihre Übungen präsentieren konnten. Am Sprungtisch, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden wurden die neuen Pflichtübungen des Deutschen Turnerbundes präsentiert. Besonders schöne Übungen zeigten die Landesmeisterinnen:



Landesmeisterin AK 6:
Kaja Neumann



Landesmeisterin AK 7:
Alva Henkel



Landesmeisterin AK 8:
Anneli Ohling



Landesmeisterin AK 9:
Mira Handke



Landesmeisterin AK 10:

Lisa Hoffmann



Landesmeisterin AK 11:

Greta Horn

Durch ihre guten Leistungen qualifizierten sich Mira Handke, Mayla Polat, Leonie Spitzkowski und Mia Suck für die AK 9 Mannschaft der Turn-Talentschule für den bundesoffenen Bärchenpokal in Berlin. Lisa Hoffmann, Alva Bolten und Rosa Lippross qualifizierten sich für die AK 10 Mannschaft und Greta Horn qualifizierte sich als Einzelstarterin für den Bärchenpokal. Weiterhin qualifizierten sich Lisa Hoffmann, Alva Bolten und Greta Horn für den Turn-Talentschulpokal/Kaderturncup im Juni und den Deutschlandpokal im Oktober.

Eine Neuheit bei den Landeseinzelmeisterschaften war die vom DTB eingeführte Wettkampfklasse. Hier zeigen die Turnerinnen die Pflichtübungen (im Gegenteil zu den Turnerinnen der Leistungsklasse) eine Altersstufe niedriger. So wird auch Turnerinnen, die etwas später angefangen haben oder die sich später entwickeln, die Chance gegeben, am AK-Programm teilzunehmen. Somit kann man dem relativen Alterseffekt etwas entgegenwirken.

DTB Lehrgang AK 9, 06.-08.05.2022:

Mia Suck, Fiona Dömeland und Mira Handke durften mit den Trainerinnen Lina Ornowski und Emma Biemann nach Frankfurt reisen und dort im Leistungszentrum mit den besten Turnerinnen ihrer Altersklasse (AK 9) aus ganz Deutschland trainieren. Wo sonst die Nationalmannschaft trainiert, wurde an den vier Geräten und am Trampolin, den Schlaufen und an der Ballettstange fleißig an der Perfektionierung der Pflichtübungen gearbeitet. Die vier Trainingseinheiten wurden von der Bundesnachwuchstrainerin Claudia Schunk und ihrem Trainer*innenteam geleitet. So haben nicht nur die Turnerinnen ihre Elemente verbessert, zusätzlich konnten auch die Trainerinnen einiges mitnehmen. Topmotiviert, die neu erlernten Übungen mit in das Training im Heimatverein zu integrieren, kamen die fünf nach anstrengenden, aber schönen drei Tagen zurück. So profitieren nun auch alle anderen Turnerinnen und das gesamte Trainerteam von dem Lehrgang.



Wenn man im Leistungszentrum Frankfurt ist, gehört das Bild vor der Deutschlandflagge mit dazu. Vlnr: Mia Suck, Fiona Dömeland, Mira Handke

Bärchenpokal in Berlin, 14.05. und 15.05.2022:

Zum 30. Mal fand in Berlin der beliebte bundesoffene Bärchenpokal statt. Bei ihrem ersten großen Wettkampf erturnten Mira Handke, Mayla Polat, Leonie Spitzkowski und Mia Suck als AK 9 Mannschaft der Turn-Talentschule Platz 11 von 15 Teams. Mit Platz 34 der 63 Turnerinnen aus ganz Deutschland erreichte Mira Handke die beste Einzelplatzierung des Teams. Die Mannschaft der AK 10 mit Rosa Lippross, Alva Bolten und Lisa Hoffmann erreichte ohne Streichnote den neunten Mannschaftsplatz. Beste Einzelturnerinnen waren Lisa Hoffmann und Alva Bolten, die Platz 20 und 21 unter den 36 Turnerinnen erreichten. Greta Horn startete in der AK 11 im Team der Turn-Talentschule Frankfurt, mit dem sie auf Platz 4 landete. Greta ordnete sich in der Einzelwertung auf Platz 10 ein und durfte sich besonders über einen starken 3. Platz am Balken freuen. Alle Turnerinnen sammelten wertvolle Wettkampferfahrungen und kehrten hochmotiviert, sich weiter zu verbessern, aus Berlin zurück.



vrl: Mira Handke, Mayla Polat, Leonie Spitzkowski, Mia Suck



Vorstellen am Kampfgericht



vlnr: Rosa Lippross, Alva Bolten, Lisa Hoffmann



Siegerehrung AK 11, Greta Horn auf Platz 3



Greta Horn, AK 11



alle Turnerinnen der AK 11 bei der Siegerehrung



Dank eines Livestreams konnte nicht nur vor Ort, sondern auch von zuhause aus mitgefiebert und angefeuert werden.



@TURNPUPPEN

Landeseinzelmeisterschaften Kür Code de Pointage, 21.05.2022:

Die Kürturnerinnen mussten etwas länger auf den Einstieg ins große Wettkampfgeschehen warten. Am 21.05. war es dann aber soweit und auch hier konnte nach langer Zeit wieder eine Landesmeisterschaft mit Publikum stattfinden. Da jede Kürturnerin sich ihre Übung selbst zusammenstellen darf, wurden den Zuschauern an den vier Geräten Sprungtisch, Stufenbarren, Schwebebalken und Boden verschiedenste Elemente und Choreografien präsentiert, die für einen schönen Wettkampf sorgten. Besonders gute Übungen zeigten die Landesmeisterinnen:



Landesmeisterin AK 12:
Alena Tefiki



Landesmeisterin AK 13:
Antonia Drews



Landesmeisterin AK 14:
Merle Ruff



Landesmeisterin AK 15:
Lisa Ann Brinke

Landesmeisterin AK 16 +:
Isabelle Marquard

Durch ihre guten Leistungen qualifizierten sich Alena Tefiki, Lillie Carstensen (beide AK 12), Antonia Drews (AK 13), Merle Ruff und Janna Rosentreter (beide AK 14) für die Deutschen Jugendmeisterschaften und Isabelle Marquard und Lynn Schwäke (beide AK 16 +) für die Deutschen Meisterschaften im Juni in Berlin:



vlnr: Janna Rosentreter, Lynn Schwäke, Alena Tefiki, Merle Ruff, Lillie Carstensen, Isabelle Marquard, Antonia Drews

Zwingerpokal in Dresden, 28.05.2022:

Nach einem kurzen Trainingslager in Dresden starteten Rosa Springer, Fiona Dömeland, Alva Bolten, Greta Horn, Alena Tefiki und Janna Rosentreter für ihre Vereine beim bundesoffenen Zwingerpokal. Im ersten Durchgang des Tages schaffte es Rosa in der AK 8 auf Platz 11 von 19 Turnerinnen. Im zweiten Durchgang erturnte sich Fiona in der AK 9 den 10. Platz von 12 Turnerinnen. Alva (AK 10) und Greta (AK 11) verbesserten ihre Punktzahl deutlich und erreichten in ihrer Altersklasse jeweils Platz 5 von 9 Turnerinnen. Greta erturnte sich außerdem Platz 3 am Balken. Alena konnte im dritten Durchgang in der AK 12 aufgrund einer Verletzung leider nur am Barren starten. Janna verpasste in der AK 14 mit dem 4. Platz nur knapp das Treppchen und überzeugte besonders mit ihrer Balkenübung. Für die AK 10-14 war der Wettkampf eine gute Generalprobe für den TTS-Pokal, den Kaderturncup und die Deutschen Jugendmeisterschaften.



Alva und Greta mit Trainerin Kathrin



vlnr: Janna Rosentreter, Alena Tefiki



vlnr: Greta Horn, Alva Bolten, Fiona Dömeland, Rosa Springer



Turn-Talentschul Lehrgang #2, 29.05.2022:

Der zweite Turn-Talentschullehrgang in diesem Jahr fand in Bagdeheide statt. Dank vieler Helfer*innen wurden alle Geräte superschnell aufgebaut, sodass pünktlich um 10.00 Uhr gestartet werden konnte. Die AK 8 musste aufgrund eines krankheitsbedingten Ausfalls im Trainerteam leider spontan zuhause bleiben. So trainierten aber 22 Turnerinnen der AK 5-7 2,5 h unter der Leitung von Kathrin Fudickar und Lina Ornowski an den Grundlagen für die Pflichtübungen, einzelnen Elementen und bereiteten sich gemeinsam auf den Mickey-Mouse Pokal vor. Nach einer gemeinsamen Erwärmung mit dem Fokus auf Lauschule und Sprung startete die AK 5 und 6 bei Kathrin am Balken und Boden und die AK 7 bei Lina am Reck und Boden, nach der Hälfte der Zeit wurde getauscht. Da aus jedem der 9 Vereine mindestens eine Trainerin/ein Trainer mitgekommen ist, hatten die Turnerinnen eine optimale Betreuung im Training und es konnte viel mit Hilfestellung gearbeitet werden. Alle Turnerinnen und Trainer*innen haben wieder viel voneinander gelernt. Besonders schön war es, neue Gesichter sowohl unter den Turnerinnen als auch im Trainerteam zu sehen.



Kommende Wettkampfhilights bis zur Sommerpause:

Mickey-Mouse Wettkampf AK 5-10 (Turn-Talentschul Wettkampf) im LLZ Kiel, 05.06.2022

Turn-Talentschulpokal und Kaderturncup in Dortmund, 11.06. und 12.06.2022

Deutsche Jugendmeisterschaften in Mannheim, 18.06. und 19.06.2022

Deutsche Meisterschaften in Berlin, 23.06.-26.06.2022

Allen Turnerinnen und Trainer*innen viel Erfolg für die kommenden Wochen!