

Änderungsvorschläge für das neue Turn10-Programm 2025+

Aus der „Turn10-Szene“ bis 31.12.2023 eingebrachte und (für die Bearbeitung durch die Gremien) anonymisierte Vorschläge.

Anm.: wenn Vorschläge mehrfach identisch eingebracht wurden (z.B. „Sitzumschwung am Reck streichen“ oder „Airtrack als Boden-Wettkampfggerät zulassen“) stehen sie nur einmal in der Liste (bei voneinander abweichenden Begründungen bei gleichen Vorschlägen sind alle angeführt). Sind Vorschläge sehr ähnlich, aber nicht identisch, findet man sie unten separat.

Grundsätzliches:	
Vorschlag:	Begründung:
„Keep It Simple“ – das sollte wieder die Leitlinie werden.	Durch die bisherigen Updates ist die einst bestechende Einfachheit des Turn10-Konzepts verloren gegangen (der Umfang des Turn10-Hefts zeigt das deutlich: er ist von 62 Seiten 2008 über 74 Seiten 2013 auf 126 Seiten 2018 verdoppelt worden).
Zukünftig nicht noch mehr „Entweder-oder“-Elemente.	Je einfacher, desto besser.
Kürzung der Oder-Elemente, insbesondere, wenn die Elemente in einem Kästchen grundlegend anders sind. Eventuell in der Basisstufe 15 Elemente im Katalog, aus denen bis zu 10 ausgewählt werden; Streichung der einfacheren Elemente in der Oberstufe.	Es ist zwar gut, dass möglichst viele Elemente angeboten werden, doch diese „Veroderungen“ machen tlw. keinen Sinn. Je weniger, desto einfacher für Wertungsrichter*innen und Trainer*innen.
Streichung der Entweder-oder-Elemente und längere Elemente-Kataloge, aus denen man alle auswählen kann, die man beherrscht, um auf 10 zu kommen.	Man soll alles das zeigen können, was man kann. Die Anforderungen für die Wertungsrichter*inne sind zu hoch.
Erweiterung des Element-Kataloges, insbesondere in der Oberstufe, durch weitere Oder-Elemente, auch deutlich schwierigere oder durch Kombinationen, die mit zusätzlichem Bonus belohnt werden könnten (wobei pro Gerät die Höchstnote 20 bleiben soll).	Den Turner*innen mehr Anreize bieten, sich weiterzuentwickeln.
Es sollen mehr Elemente eingebaut werden, besonders in der Basisstufe, auch in der Oberstufe.	Turn10 limitiert bzgl. der Elemente zu stark, mit mehr Auswahl könnte man sich besser weiterentwickeln.
Breitere Elemente-Auswahl durch mehr Oder-Elemente an den Sprunggeräten (z.B. in der Basisstufe als 10-Punkte-Sprung auch die Elemente 8-10 der Oberstufe).	---
Die Kreativität der Aktiven besser fördern, indem nicht nur die Entweder-Oder-Elemente ausgebaut werden, sondern darüber hinaus Möglichkeiten geschaffen werden, indem die Schwierigkeiten der Elemente besser zur Geltung kommen.	Die Turner*innen werden durch den aktuellen Elemente-Katalog zu sehr eingeschränkt, können sich und ihr Potenzial nicht entfalten
Bei den Oder-Elementen sollte generell versucht werden, gleichwertige Elemente in einem Kästchen zusammen zu fassen, sei es in Bezug auf die Schwierigkeit oder in Bezug auf die koordinativen Herausforderungen.	---
Es soll mehr Elemente zur Auswahl geben und nicht nur 10 Kästchen.	---
Der Elemente-Katalog der Oberstufe soll von 10 auf 12 erweitert werden.	---

Jedes Kästchen soll 1 Wahlkästchen mit 2 Möglichkeiten sein.	---
Es soll pro Übung am Boden, Balken, Reck und Barren ein Wahlelement geben, das man sich selbst aussuchen kann.	---
Für Ältere soll in der Basisstufe das Prinzip des früheren Masters-Programm (bis zu 10 Elemente aus einem 15-teiligen Katalog wählen) wieder aufgenommen werden.	So können die Turnerinnen und Turner aus verschiedenen Übungen wählen.
Jüngere Kinder: Nicht Turn10, sondern „Turn dein Alter“: <ul style="list-style-type: none"> • 5 Jahre: Turn 5 • 6 Jahre: Turn 6 • 7 Jahre: Turn 7 • usw. 	Um zu gewinnen, turnen die Kleinen viel zu früh schon schwere Elemente wie Flick und Salto und „normale“ Kinder, die nur 1x pro Woche trainieren, können da nicht mithalten. Man sollte mehr Wert auf gute Technik legen und für jüngere bestimmte Teile vorschreiben.
Einsteigerklassen einführen, z.B.: <ul style="list-style-type: none"> • AK 8 und AK 10: Basisstufe, max. 5 Elemente, Sprung und Minitramp 1-5, Reck nur am Tiefreck, Balken nur auf der breiten Langbank • AK 12 bis AK 15: Basisstufe, max. 7 Elemente, Sprung und Minitramp 1-7, Reck nur am Tiefreck, erst ab 5 Elementen Balken statt Bank 	Bietet für Anfänger*innen gerechtere Chancen
Einführung eines „Element des Jahres“ an jedem Gerät.	Jedes Jahr gibt es auch für die mit voller Schwierigkeit etwas Neues zu lernen.
Teilnahme an Turn10-Wettkämpfen erst ab ca. 10 Jahren.	Davor sollte es ein gemeinsames Wettkampfprogramm mit den Kunstturner*innen geben.
Entwicklung eines Turn10-Grundlagen-Programms bis zur AK 8. Gewisse Elemente aus dem Kunstturn-Grundlagen-Programm (z.B. Langhangschwünge am Reck verpflichtend, Mattenstapel statt Kasten) sollen in der Turn10-Basisstufe etabliert werden.	Turn10 arbeitet in diesem Alter an den wesentlichen Grundpositionen und Kraftvoraussetzungen vorbei; bessere Vorbereitung auf die Oberstufe, Turn10 wäre aufbauender.
Eine abgeänderte Version des Kunstturn-Grundlagen-Programms für die Jüngeren (z.B. bis 10 J) einführen.	Um für die jüngeren Turn10-Turner*innen eine gute Basis zu schaffen.
Gemeinsames Turnen bis zum achten Lebensjahr, erst dann Teilung in Kunstturnen und Turn10.	Es wird zu früh aufgeteilt.
Ein gemeinsames Programm für alle bis 9 Jahre, welches in allen Vereinen ausgeführt werden kann und nicht nur Elemente beinhaltet, sondern wie das Kunstturn-Grundlagen-Programm auch Kraft und grundlegende Positionen schult. Dann erst Teilung in Kunstturnen und Turn10.	Damit werden langfristig Technikfehler, Verletzungen und Haltungsschäden vermindert. Durch die aktuelle Trennung in zwei Systeme von Beginn an können viele in jungen Jahren ihr eigenes Limit und ihre Grenzen nie ausreizen und wissen gar nicht, was möglich wäre – dem soll zukünftig entgegengewirkt werden.
Entwicklung eines gemeinsamen Turnprogramms bis 10 Jahre als Basis sowohl für den Leistungs- als auch für den Breitensport (z.B. ein neues Grundlagenprogramm, das sich bei Jungs und Mädels mehr ähnelt oder sogar gleichen kann. Dieses inkludiert Basispositionen und -elemente an verschiedenen Geräten). Ab 8 Jahren dann zwei getrennte Programme: Kunstturnen = Jugendstufen und Turn10 mit Elementkatalog. Übergangsfrist von zwei Jahren (8-10 Jahre), in der die Kinder und Eltern sich für einen der beiden Wege entscheiden können.	Ausschließlich Vorteile sowohl für den Breiten- wie den Leistungssport. Alle Kinder haben alle Optionen und können sich ihrem Potenzial und ihrer Intention entsprechend entwickeln. Es kann so verhindert werden, dass Kinder im für sie „falschen Programm“ turnen. Im Breitensport werden jedenfalls bessere Grundlagen erarbeitet, als bisher, das hilft auch später. Ebenso hätten viele Vereine, die sich bislang nicht (oder nicht mehr) mit dem Kunstturnen beschäftigen, eine gute Möglichkeit, es auszuprobieren. Es würde dann auch kaum mehr vorkommen, dass Vereine im Turn10 (fast) genauso viel trainieren, wie im Kunstturnen.

Ein Turn10-Aufbauprogramm für Kinder bis 8 oder 9 Jahre einführen, in dem es weniger Elemente gibt und mehr auf die Ausführung geachtet wird.	---
Einführung eines neuen zusätzlichen „Geräts“ (einer Wettkampf-Station), in der Basisstufe anstelle des Minitramps, an der grundlegende Fähigkeiten aus den Bereichen Kraft und Beweglichkeit (nicht nur wahlweise) gezeigt und bewertet werden sollen. Eine sehr rohe Rohversion des Elementkatalogs könnte sein: <ul style="list-style-type: none"> • Spagat (optional seit oder quer) 3 sek. • Schwimmer/Taucher/Briefmarke/Plattfisch oder ein zweiter anderer Spagat • Brücke • Grätschwinkelstütz oder Winkelstütz oder Spitzwinkelstütz 3 sek. • C+/C- Position 5 sek. oder Schiffchen (vorlings/rücklings/Seitverhalten) • 5-10 gestreckte Kipphänge Sprossenwand • Landung vw. & rw. von Erhöhung evtl. mit ½ Dr. • Handstanddrehen Bauch zur Wand 30 sek. • Schweizer Handstand (Ausführung optional) • Handstandgehen 1m 	Qualitätssteigerung in vielerlei Hinsicht: Durch die verbesserte Ausgangslage bei Kraft und Beweglichkeit würde auch die Qualität der an den Geräten gezeigten Elemente gesteigert. Es ist nicht notwendig, die Elemente schwieriger zu gestalten, sondern lediglich an der Basis zu verbessern. Auch aus verletzungsprophylaktischer sowie turntechnischer Sicht ist es wenig sinnvoll, aus einer Wurschtelschraube zwei oder mehr zu machen, sondern vielmehr den Fokus auf eine ordentliche Grundausbildung/Basis zu legen, die ebenso die Elemente an den Geräten positiv beeinflusst (Synergieeffekt). Durch eine Honorierung im Wettkampf würde auch denr Fokus im Training gezielt auf diese Übungen und Elemente gelenkt. Die Durchführung ist aufgrund des geringen Geräte-/Platzaufwands jedenfalls machbar. Warum in der Basisstufe anstelle des Trampolins: weil sich hier die Wertungen bei den Wettkämpfen kaum unterscheiden.
Kunstturner*innen sollen bei Turn10 nicht teilnehmen dürfen.	Mit normalen Trainingsmethoden kommt man an das Niveau im Kunstturnen nicht heran.
Klarere und eindeutige Abgrenzung zwischen Turn10 und Kunstturnen.	Das eine hat mit dem anderen nichts zu tun, vor allem wegen der Motivation, warum man turnt.
Turner*innen aus anderen Programmen sollen aus Turn10 ausgeschlossen werden.	☒ mfrage in Deutschland mit 80 % Zustimmung zu dieser Aussage.
Ehemalige Kunstturnerinnen (egal wie alt) können nur in der Oberstufe starten.	---
Wer jemals im Kunstturnen gestartet ist, soll im Turn10, nach einer Stehzeit von 1 bis 2 Jahren, nur in der Oberstufe antreten dürfen.	---
Pro Mannschaft in der Basisstufe darf nur maximal ein*e ehemalige*r Kunstturner*in mitturnen.	---
In einer Schulmannschaft soll kein*e oder höchstens ein*e Kunstturner*in mitturnen dürfen.	---
Bei Schulwettkämpfen soll die Anzahl der Vereins-Turner*innen limitiert werden (z.B. 2 pro Mannschaft), wobei jede*r als Vereinsturner*in gilt, der in irgendeiner Art und Weise bei Vereinswettkämpfen aufscheint	---
Ein beliebiger, auch stetiger Wechsel zwischen der Turn10-Oberstufe und der allgemeinen Klasse sowie der allg. Junior*innen-Klasse im Kunstturnen soll ermöglicht werden.	Die beiden Programme ähneln einander sehr – und so könnte ein guter Übergang hergestellt werden. Der beliebige Wechsel würde den Turner*innen mehr Freiheiten und Wettkämpfe bieten.
Der Wechsel vom Turn10 zum Kunstturnen und umgekehrt sollte immer möglich sein.	---

Umsteige-Möglichkeiten zwischen Kunstturnen und Turn10 verbessern und sinnvoller gestalten.	---
Wechsel vom Team-Turnen auf Leistungsniveau zu Turn10 identisch gestalten (limitieren), wie beim Kunstturnen.	---
Bei der Programm-Überarbeitung unbedingt bedenken, dass nicht viele Vereine die Möglichkeit haben, 3x oder 4x oder öfter während der Woche zu trainieren.	Das Können der Athlet*innen ist oft schon so hoch, dass es an Kunstturn-Niveau grenzt. Es handelt sich bei Turn10 allerdings um ein Breitensport-Programm.
Turn10 sollte wirklich das Programm für Einsteiger sein – du nicht für höherklassiges Turnen.	Höherklassige Turner*innen nehmen den Turn10-Turner*innen die Möglichkeiten.
Breitensport definieren als „1x bis 2x Training pro Woche, max. bis zu 5 Stunden Training pro Woche“.	Nur dafür ist Turn10.
Turn10 nicht als Breitensport-, sondern als Leistungssport-Programm und als Kunstturn-Grundlage bezeichnen.	Sie sind höhere Förderungen für Turn10-Erfolge zu lukrieren.
Einführung einer neuen Mittelstufe zwischen Basisstufe und Oberstufe, aber keine Aufstiegsverpflichtung bei hohen Punkten.	Nicht alle Vereine haben die zeitlichen Ressourcen, ein für die Oberstufe entsprechendes Training anzubieten bzw. können die Turner*innen die notwendige Zeit nicht aufbringen. Turner*innen, die schon jahrelang in der Basisstufe 95 Punkte und mehr turnen, aber nicht Oberstufe trainieren können (Trainingsbedingungen) oder wollen, sollen in der Mittelstufe turnen können.
Turn10-Teilung in drei statt bisher zwei Wettkampfstufen: Einstiegsstufe der Basisstufe (max. 7 Grundpunkte), Basisstufe der Mittelstufe (10 GP), Oberstufe (10 GP). Nur für die mittlere und die Oberstufe soll es die Österreichische Meisterschaft geben.	---
Einführung einer dritten Leistungsstufe zwischen Basisstufe und Oberstufe.	---
Aufteilung von Turn10 in drei statt zwei Kategorien: <ul style="list-style-type: none"> • Basisstufe: 5 Teile aus einem Katalog von 10 Basic-Elementen, die nicht so schwer sind und 5 Teile aus dem Higher-Level-Katalog mit 10 Elementen • Basisstufe plus ab 10 Jahren: 10 Teile nur aus dem Higher-Level-Katalog • Oberstufe: 5 Teile aus dem Higher-Level-Katalog der Basisstufe und 5 Teile aus dem alten Oberstufenprogramm 	---
Wer bei einem Wettkampf 95 oder mehr Punkte turnt, muss in die nächsthöhere Stufe aufsteigen. Es muss dann auch eine Oberstufe plus (oder Ähnliches) geben mit ev. 1 bis 2 weiteren schwierigeren Elementen.	Das Niveau ist in den letzten Jahren unglaublich hoch geworden. Sicher auch wegen intensiveren Trainings und auch wegen Aktiven, die aus dem Kunstturnen kommen, laufen wir Gefahr, die guten Turner*innen zu verlieren, die 2x bis max. 3x die Woche trainieren können, weil sie „eh keine Chance“ haben. Wettkampf und Leistung sind gut, aber alles muss im Rahmen eines normalen Vereins mit 2-3 Trainings/Woche erreichbar sein, sonst gefährden wir den unglaublichen Erfolg des Turn10-Programms.
Eine Regelung finden, damit mehr Oberstufe geturnt wird. Vorschlag: Wer bei zwei Bewerben mehr als 90 Punkte erreicht hat, muss in die Oberstufe.	In der Basisstufe turnen viel zu viele Mädchen so hohe Punkte, dass nicht gerecht differenziert werden kann. Mit der 90-Punkte-Wechselverpflichtung wächst auch der Druck auf die WeRi, keine Punkte zu verschenken.

Eine Regelung finden, dass mehr Turner*innen in die Oberstufe wechseln: Entweder über erreichte Platzierungen oder Punkte muss der Wechsel verpflichtend sein. Alternativ können Basis- und Oberstufe pro Altersklasse gemeinsam gewertet werden, wobei man die Oberstufenpunkte mit einem Multiplikator versieht.	Es turnen zu viele in der Basisstufe und zu wenige in der Oberstufe.
Wer einmal bei einem Wettkampf 77,5 Punkte erreicht hat, muss zukünftig in der Oberstufe turnen.	---
Eine Empfehlung (!) in das Programm aufnehmen, dass mit Turner*innen, die wiederholt über 85 Punkte bei Wettkämpfen in der Basisstufe erreicht haben, ein Wechsel in die Oberstufe angestrebt werden sollte.	---
Ständiges Hin- und Herwechseln zwischen Basis- und Oberstufe unterbinden.	---
In einem Kalenderjahr darf man nicht zwischen Basisstufe und Oberstufe hin- und herwechseln.	---
Die Basisstufe muss schwieriger werden.	Bei der ÖM turnen schon die 10-Jährigen die Basisstufe aus – und ab 12 Jahren jede*r. Einige Vereine haben in den Trainingshallen keine Möglichkeit, Oberstufe zu turnen – und dann wird die aktuelle Basisstufe bald zu langweilig.
Erleichterung der Oberstufe bei Reck/Stufenbarren, Pferd und Ringe.	Die Oberstufe ist auf den verschiedenen Geräten unterschiedlich schwer.
Abschaffung des Altersbonus, sollten nicht alle Älteren-Klassen gemeinsam, sondern unterteilt gewertet werden.	Höhere Gerechtigkeit innerhalb der einzelnen Altersklassen.
Die Masters-Klasseneinteilungen sollten trotz der Alters-Bonuspunkte nicht über 10 Jahre gehen, sondern kürzer unterteilen.	Hier geht es um körperliche Voraussetzungen, die bei z.B. 50-Jährigen ganz anders sind als bei 59-Jährigen.
Eigene Bewertungsregeln und Elemente für Turnende mit Beeinträchtigung.	Stärkeres Bemühen um Inklusion und Integration.
Inklusions-Bonus pro Gerät (ähnlich dem Alters-Bonus) für alle Turner*innen mit jeglicher Beeinträchtigung.	---
Die Wettkampfklassen Generation Basisstufe und Generation Oberstufe zu einer Klasse zusammenlegen.	Das würde zwar die Oberstufe benachteiligen, aber zu mehr Generationen-Teams führen und dazu beitragen, die riesige Anzahl an Klassen zu reduzieren.
An den Geräten Boden, Barren, Reck und Balken die Turnelemente je Schwierigkeit mit 0,5 und 1,0 Punkten im Anforderungskatalog. 10 Elemente mit 1 Punkt und 5 mit 0,5 zur Auswahl.	---
Pflichtelemente einführen, die unbedingt geturnt werden müssen.	---
Immer nur Vierkämpfe, auch in der Oberstufe, alle Geräte für weiblich und männlich: <ul style="list-style-type: none"> • Sprung oder Minitramp wahlweise • Barren oder Balken oder Ringe oder Pferd wahlweise • Boden • Reck oder Stufenbarren wahlweise 	---

Immer nur Vierkämpfe, Sprung und Minitramp wahlweise.	---
Man soll wählen, ob man Sprung oder Minitramp turnen möchte.	---
Ins Schul-Turn10 das Minitramp wahlweise zum Sprung aufnehmen.	---
Minitramp streichen, nur die üblichen vier bzw. sechs Wettkampfgeräte anbieten.	---
Unbedingt an den Geräten Pferd und Ringe festhalten.	Macht den Umstieg aus dem Kunstturnen attraktiv.
Pferd und Ringe abschaffen bzw. bei keinem Wettkampf verpflichtend verlangen (ggf. Wahlwettkämpfe 5 aus 7).	Bereits jetzt sind bei Turn10 viel weniger Burschen als Mädchen dabei, daher sollte die Teilnahme für Burschen einfach sein. Vereine, die 1x oder 2x pro Woche in Schulsälen trainieren, haben meist kein Pferd und keine Wettkampfringe zur Verfügung, werden ausgeschlossen.
Mädchen dürfen auch am Barren turnen und Buben auch am Balken oder Stufenbarren.	---
Alle Aktiven sollen alle Geräte turnen können (v.a. weibliche auch Barren, Pferd, Ringe; männliche auch Balken und Stufenbarren).	Zeitgemäßes Geschlechterverständnis. Damit auch Öffnung für alle Geschlechterformen, nicht nur w/m, es wären gemeinsame Wettkampfklassen/Ergebnislisten möglich. Erleichterung für gemischte Trainingsgruppen.
In das Schul-Turn10-Programm sollen Stufenbarren, Spannhochreck, Sprungtisch, Pauschenpferd und Ringe optional aufgenommen werden.	So werden die Bundesschulen und die Bundes-Immobilien-Gesellschaft (die für die Ausstattung der Schulsporthallen verantwortlich ist) motiviert, die Bodenverankerungen und die Geräte zu installieren bzw. anzuschaffen, womit eine bessere Nutzung durch die Vereine und eine bessere Kooperation Schulen-Vereine ermöglicht werden.
Logo und Erscheinungsbild überarbeiten/modernisieren.	---

Organisatorisches:

Vorschlag:	Begründung:
Bei Mannschafts-Wettkämpfen soll der Altersdurchschnitt die Altersklasse bestimmen, auch soll es eine maximal erlaubte Altersdifferenz geben.	Es ist unfair, wenn drei 12-Jährige und eine 18-Jährige gemeinsam in der AK 18 antreten können.
Bei Mannschaftswettkämpfen in der Generation A soll der Altersunterschied maximal 4 Jahre betragen.	---
Bis inklusive 9 Jahre darf bei Mannschafts-Wettkämpfen nur altersrein/jahrgangstrein geturnt werden, ab 10 Jahren ist maximal ein jüngerer Jahrgang erlaubt.	Es ist nicht „fair“, wenn 12-Jährige bei den Erwachsenen mitturnen dürfen, nur damit sie dabei sind.
Mannschaftsgröße auf 6 Turner*innen mit maximal 1 Streichwertung erhöhen.	---
Mannschafts-Wettkämpfe Oberstufe: Auch 5er-Teams mit 2 Streichwertungen erlauben.	---
Die separate Einzelwertung bei Mannschaftswettkämpfen der Erwachsenen abschaffen.	Ist nicht notwendig und verzögert die Siegerehrungen.
Keine Mannschaftswettkämpfe ab der AK 30.	In diesem Alter haben viele Vereine nicht mehr genügend Aktive. Es hat keinen Sinn, wenn fast jede einzelne antretende Mannschaft ihre AK auch gewinnt.
Keine doppelte Medaillenvergabe Einzel und Team in den Erwachsenenklassen.	---
Bei Mixed-Bewerben müssen unbedingt gleich viele Mädchen und Buben in einer Mannschaft turnen.	---
Bei Generationen-Wettkämpfen sollten die Altersgruppen genauer vorgegeben sein und pro Altersgruppe darf nur eine*r turnen: <ul style="list-style-type: none"> • Bei 4 Teammitgliedern: 1 unter 10, 1 von 10 bis 19, 1 von 20 bis 39 und 1 ab 40 • Bei 6 Teammitgliedern: 1 unter 10, 1 von 10 bis 19, 1 von 20 bis 29, 1 von 30 bis 39, 1 von 40 bis 49 und 1 über 50 	---
Als Streichwertung darf nicht immer die/derselbe Turner*in abgezogen werden. Jede*r sollte höchstens 2x oder 3x gestrichen werden.	---
Teambewerbs-Modus bei der AK 25+ verbessern: Die besten 9 Gerätewertungen pro Team zusammenrechnen, aber maximal drei pro Person.	Momentan ist es so, dass die drei besten Gesamtleistungen der vier Teammitglieder zählen, somit das vierte Mitglied umsonst turnt und gar nicht in die Wertung kommt. Somit gibt es auch keine Streichwertung pro Gerät (wie bei den Teams unter 24).
Buben und Mädchen sollen im Schulprogramm gleich behandelt werden.	Es ist nicht fair, dass Buben jahrgangsweise pro Schule eine Mannschaft bilden dürfen und Mädchen nur in der Klassengruppe. Diese neue Regelung fördert NICHT, dass mehr Buben turnen und mehr Lehrer*innen mit den Klassen üben, sondern es müssen nur mehr die guten Turner ausgesucht und angemeldet werden. Die anderen machen wieder nicht mit.

Mixed-Mannschaften in der schulischen Oberstufe sollten eingeführt werden und es sollte einen solchen Bewerb bei den Schul Olympics geben.	---
Diverse Altersklassen-Unterschiede vereinheitlichen.	Altersbonus derzeit ab AK 35, Generation B beginnt am Balken aber bereits ab 25.
Die Qualität der Geräte bei den Wettkämpfen soll verbessert und vereinheitlicht werden, die vorhandenen Geräte sind in die Ausschreibung aufzunehmen.	Den sportlichen Leistungen besser gerecht werden, das Verletzungsrisiko reduzieren.
Bei den Geräte-Richtlinien die Schwereren/Größeren besser berücksichtigen.	Bei den meisten Wettkämpfen sind die Geräte nur für Kinder ausgelegt, es gibt keine tauglichen Sprungbretter für (bald) Erwachsene, keinen Wettkampfbarren, ...
Die Anforderungen an die Wettkampfstätten und die verwendeten Geräte müssen jenen der schwierigen Oberstufen-Elemente entsprechen – oder man muss die schwierigeren Elemente aus der Oberstufe streichen.	Mehr Sicherheit bei den Wettkämpfen, mehr Respekt für die Leistungen der Turnenden.
Einheitlichere und auf höheres Niveau abzielende Geräte Richtlinien (alle Wettkämpfe sollen einheitliche Geräte verwenden): <ul style="list-style-type: none"> • Gleicher Boden (Moskau) • Gleicher Balken (Softtouch in der Obestufe) • Sprung: Anlaufbahn • Minitramp: Rollmatte auf dem Weichboden 	Die Kinder können sich so leichter auf den Wettkampf einstellen.
Eine tlw. genauere Darstellung der Optimal-Ausführungen und Nicht-Anerkennungen wäre wünschenswert (wo sind der Beginn und das Ende des Elements).	---
Reihenbilder nicht vor einem bunten oder dunklen Hintergrund.	Schlecht erkennbar, als Vorlage zum Veranschaulichen für die Kinder ungeeignet.
Die Reihenbilder auch in größerer Auflösung zur Verfügung stellen.	Damit sie beim Vergrößern nicht verpixeln und man sie den Kindern gut zeigen kann.
Die Boden-Reihenbilder/Abbildungen für Handstand, Flick-Flack und Bogengang rückwärts verbessern.	Schlechte Ausführungen sollten nicht als optimal gezeigt werden.
Alle Unterlagen nur in Schwarz-Weiß und nicht bunt erstellen.	Es spart Toner beim Ausdrucken.
Die Airtrack als Wettkampfgerät am Boden erlauben.	Erleichterung für kleine Vereine und Organisatoren.
Die Airtrack mit Rollmattenaufgabe als Wettkampfgerät am Boden erlauben.	---
Die Airtrack verpflichtend als Boden-Wettkampfgerät.	Es wurde bereits oft ausprobiert und hat sich bewährt.
Sollte die Airtrack erlaubt werden, muss unbedingt eine Druckangabe vorgeschrieben werden, in welchem Bereich sich der Aufblaszustand bewegen darf. Die Wettkampfleitung hat die Druckmessgeräte bereitzustellen.	---
Bei den Schulwettkämpfen sollten am Boden ebenfalls Tumbling-Bahnen verwendet werden.	Schwierige Elemente nur auf der Rollmatte sind verletzungsgefährlich. Tumbling-Bahnen gibt es überall, wo Schulwettkämpfe geturnt werden – und jede*r freut sich, auf einer solchen zu turnen, selbst wenn man es anders geübt hat.

Maximaldauer der Bodenübungen von 70 Sekunden auf 60 oder 50 reduzieren.	---
Maximaldauer der Bodenübungen von 70 Sekunden auf 90 erhöhen.	Viele fertig geschnittene Bodenmusiken (aus dem Kunstturnen) sind 90 Sekunden lang und könnten dann verwendet werden.
Unnötige Regeln streichen, z.B. die Zeitdauer der Bodenübung.	---
Bei Bodenübungen mit Musik soll der Übungsstart vorher angekündigt werden. Ebenso sollte keine übertriebene Lautstärke gewählt werden.	So werden Turner*innen und WeRi nicht überrascht und es kommt keine Unruhe auf.
Balkenhöhe 1 m: Für die jüngsten sollte diese reduziert werden (z.B. 70-80cm für AK 6-7).	---
Balkenhöhe auf 80 cm senken.	---
Wenn auf der Turnbank geturnt wird, dann auf der schmalen, nicht auf der breiten Seite.	---
Balken: Übungs-Gesamtdauer (Stürze inbegriffen) auf 60 Sekunden limitieren. Wird die Dauer überschritten, zählen danach geturnte Elemente nicht mehr für die A-Note.	---
Je ein Wertungsgericht für Balken und Langbank.	Damit kann Wettkampfzeit eingespart werden.
Für die Jüngeren statt der Langbank ein Sprungbrett vor dem Minitramp erlauben.	Anlauf auf Langbank sehr wackelig, Langbänke oft unterschiedlich lang, weniger Aufwand beim Umstellen.
Als Minitramp für die Erwachsenen nicht nur das Open-End-Gerät, sondern auch geschlossene (aus dem Team-Turnen) zulassen.	Die Open-End-Minitrampoline werden von Erwachsenen oft „durchgesprungen“.
Ein Verstellen des Weitenabstands zwischen oberem und unterem Stufenbarren-Holm sollte erlaubt werden (ev. in drei Weiteneinstellungen: 1,4 m, 1,6 m, 1,8 m)	---
Reck/Stufenbarren: Die Höhenangabe sollte an die FIG angepasst werden.	---
Es soll entweder nur das Reck oder nur der Stufenbarren im Wettkampf verwendet werden, nicht beides.	---
Sprung: Reduktion der möglichen Sprunghöhen beim Kasten auf 70 und 90 cm (keine Zwischenhöhen) und beim Tisch auf 110 und 125 cm.	---
Sprung: Zwischen 110 cm und 125 cm Tischhöhe noch eine weitere Höhe einfügen.	15 cm Höhenunterschied sind zu viel.
Maximale Sprungtischhöhe 130 cm.	135 cm ist für Mädchen zu hoch.
Bei den Geräthöhen am Sprung sollten für den Tisch auch 100 cm aufgenommen werden.	Zusätzlich zu bisher 110, 125 und 135 cm.
Sprung: Keine variablen Geräthöhen mehr, sondern pro Altersklasse fix vorgegebene.	Organisatorische Vereinfachung und Wettkampfdauer-Verkürzung.
Sprung: Fixe Einturnen-Ablaufregelung für die Wettkämpfe vorgeben.	---

Bis zur AK 8 soll auch am Sprung, so wie beim Minitramp, der Anlauf auf einer Turnbank oder zwei Turnbänken nebeneinander erlaubt werden.	Um den richtigen Einsprung ins Brett zu unterstützen.
Beim Sprung ab der AK 50 (oder sogar jünger) statt des Sprungbretts die Kombination Tisch+Minitramp anbieten.	Die Verwendung des Sprungbretts wird für viele Ältere gesundheitlich problematisch.
Beim Sprung ab ca. der AK 45 statt des Sprungbretts auch das Minitramp erlauben.	Im Alter wird der Sprung gerade bei den Frauen aufgrund der Beckenbodenproblematik und Gelenksproblemen immer unbeliebter. So würde dieses Gerät wieder wesentlich attraktiver werden.
Sprung: Boosterboard / Minitramp ab AK 35 zulassen.	---
Den Bock als Sprunggerät anbieten.	Da dieser in den Schulen vorhanden ist und verwendet wird.
Es sollte auch in der Turn10-Oberstufe Wettkampfklassen-Ausschreibungen wie in der Basisstufe geben, als nicht erst ab der AK 14 wie bis jetzt, sondern schon ab der AK 9	Die aktuelle Regelung ist unfair, weil dann 11-Jährige mit 14-Jährigen in derselben Klasse antreten, die schon viel mehr Trainingszeit hinter sich haben
Bei Wettkämpfen, bei denen nur drei Geräte gewertet werden, würden wir uns immer ein „Best of 5“ wünschen.	Wer möchte, kann alle Geräte turnen und die besten drei kommen in die Wertung.
Die Einturnzeiten (z.B. max. 30 sek. pro Turner*in) genau regeln und limitieren.	---
Die nächsten Turnerinnen und Turner müssen beim Wettkampf in Vorbereitung bereitstehen, wenn dies nicht der Fall ist: 1. Trainer-Verwarnung, 2. Bei Team-Wettkämpfen 1 Punkt Abzug, 3. 30 sek. Zeit für den Übungsbeginn nach Aufruf, sonst Dynamik-Abzug, ab 60 sek. null Punkte.	---
Wertungsrichter*innen-Kurse online anbieten.	---
Online-Vorbereitungskurse mit Videos für die Wertungsrichter*innen-Kurse anbieten.	Weniger Erfahrene müssen sich vorbereiten können. Videos sind dazu hilfreich.
Wertungsrichter*innen sollen entlohnt werden.	Ist beim Kunstturnen ja auch so.
Maximal 10,- Euro Nenngeld bei allen Wettkämpfen.	Es soll für alle leistbar sein und nicht gewinnorientiert gearbeitet werden.
Nach jedem Wettkampf sollen die Trainer*innen ein Feedback-Formular über das Wertungsgericht abgeben.	---
Bei der Wertungsrichter*innen-Besprechung sollen auch die Trainer*innen anwesend sein.	---
Nie mehr als drei Wettkampfdurchgänge pro Tag.	Drei Umläufe in einem Tag sind genug.
Weniger Teilnehmer*innen bei der Österreichischen Meisterschaft zulassen.	Ein Wettkampftag mit >12 Stunden Dauer ist unzumutbar und um mindestens 2-3 Stunden zu lang.
Hinter den WeRi kein Platz für Trainer, Obmänner oder Begleitungen.	Sie stören den Wettkampfbetrieb, als WeRi wird man abgelenkt.
Mehr Wettkämpfe für die Schulen (nicht nur einen im Jahr).	Wenn ein Kind an diesem einen Tag ausfällt, hat es keine weitere Möglichkeit.

Die Österreichische Meisterschaft soll jedes Jahr für Mannschaften ausgetragen werden – und die Einzelwertung gibt es extra dazu.	Turn10 soll ein Mannschafts-Programm bleiben.
Jedes Bundesland sollte gleich viele Mannschaften bzw. Turner*innen zur ÖM schicken dürfen.	Es ist nicht fair, dass manche Bundesländer viel mehr schicken dürfen wie andere. Es wird überall gleich gerne geturnt und deshalb soll man das fair aufteilen.
In jeder Altersklasse sollen bei der ÖM pro Bundesland nur 9 oder 18 Mannschaften starten dürfen.	1 oder 2 pro Bundesland.
Der Standort der Österreichischen Meisterschaft soll immer zentral gewählt werden.	Damit die Anreisezeit für alle ca. gleich lang ist.
Bei der Österreichischen Meisterschaft soll der Ablaufplan variiert werden: Nicht immer die Jüngsten am Samstag in der Früh und alle Erwachsenen am Sonntag.	Dies hätte Vorteile bei der WeRi-Einteilung und wäre eine Wertschätzung gegenüber den Älteren, die nicht immer als Letzte dran wären, wenn alle anderen schon das Weite gesucht haben.
Trennung der Österreichischen Meisterschaft in zwei Veranstaltungen: a. Kinder/Jugend, b. Allgemeine Klasse und älter.	Würde den Stress durch die Enge und die vielen Menschen beim wichtigsten Wettkampf des Jahres reduzieren.
Keine Ausschreibungs-Details im Programm, sondern extra in einer Unterlage „Turn10-Wettkämpfe in Österreich“ zusammenfassen und veröffentlichen. Dementsprechend sollten das auch keine Inhalte für die WeRi-Prüfungen sein (WK in Schule, WK in Verein, Abzeichen, Wechsel zwischen einzelnen Stufen).	---

Bewertungs- und Wertungsgericht-Regeln:

Vorschlag:	Begründung:
Notwendige Differenzierung in Basis- und Oberstufen-Wertungsrichter*innen.	---
Die Wertungsrichter*innen-Ausbildung für Basisstufe und Oberstufe trennen.	Erleichterung für Quereinsteiger*innen.
Die Oberstufe sollte nur von Chef-Wertungsrichter*innen gewertet werden.	---
Verbesserung der Wertungsrichter*innen-Ausbildung, inkl. niedrigschwelliger Fortbildungsmöglichkeiten (z.B. online).	Es sind den WeRi sehr häufig technische Aspekte, insbesondere schwierigerer Elemente, aber auch Aberkennungskriterien nicht bekannt. Häufig erhalten Übungen mit mehr Grundpunkten, auch wenn die Elemente schlecht geturnt sind, mehr Zusatzpunkte als Übungen mit wenigen sauber geturnten Elementen.
Skalierung der Punktevergabe pro WeRi auf 0,25 Punkte.	---
Eine eigene WeRi-Ausbildung samt Prüfung für Oberstufe einführen (vor allem Pferd).	Die Erfahrung zeigt, dass das die WeRi zuwenig gut werten können.
In jedem Bundesland soll es jährlich verpflichtende (!) Auffrischkurse für die Wertungsrichter*innen geben.	Lizenzverlängerung jedes Jahr, um die Wertungsqualität zu erhöhen.
Bereits geprüfte Wertungsrichter*innen sollen bei Programmänderungen nur einen Aktualisierungskurs absolvieren (max. ½ Tag lang), aber keine neue Prüfung ablegen müssen.	Es ist sehr schwierig, ausreichend viele WeRi zu finden und zu motivieren.
Immer bedenken, dass Turn10 ein Breitensportprogramm ist: Es macht nichts, wenn mehrere gleich viele Punkte haben bzw. es mehrere Gewinner*innen gibt.	Es geht um das Belohnen von gezeigten Elementen und schönem Turnen und NICHT um das einzelne Abziehen von Fehlern wie beim Kunstturnen.
10 Punkte geben, wenn die Kriterien der Optimal-Ausführung erfüllt sind – und nicht betonen, dass es noch besser möglich wäre.	---
Klarstellen, ob 10 Punkte in der B-Note möglich sind, wenn nicht alle Optimal-Kriterien erfüllt werden.	---
Keine Kunstturn-Wertungsrichter*innen einsetzen.	Kunstturn-WeRi schaffen das Umdenken zum Turn10 leider nicht.
Kunstturn-Wertungsrichter*innen sollen nicht im Turn10-Programm werten dürfen.	Wir sind im Breitensport, es sollte FÜR das Kind gewertet werden, die Kunstturn-WeRi können das einfach nicht unterscheiden und hauen immer den Punkteschnitt runter.
Geprüfte Kunstturn-Wertungsrichter*innen zulassen, selbst wenn sie keine Turn10-Prüfung haben.	Mit einer kurzen Einweisung ginge das bestimmt.
An allen Geräten soll das Spektrum der Zusatzpunkte von den Wertungsrichter*innen besser genutzt werden.	Üblicherweise gibt es nur von 5 Punkten an aufwärts, 5 Punkte gelten allerdings laut Regeln als „ausreichend“, obwohl man häufig Übungen sieht, die nicht ausreichen.

Eine generell deutlichere Differenzierung in den B-Noten herbeiführen (insbesondere am hohen Balken, am Minitramp und Sprung).	Es ist zu leicht, hohe Zusatzpunkte zu erhalten, das fördert das gefährliche Ausprobieren nicht gut beherrschter Elemente.
Eine Möglichkeit finden, damit generell strenger gewertet wird.	Auch im Breitensport ist eine ehrliche und faire Bewertung das Wichtigste, damit jeder weiß, wo er steht und woran er arbeiten muss.
Korrekte Technik und Ausführung in der B-Note stärker berücksichtigen.	Zu wenig geöffnete Arm-Rumpfwinkel, fehlerhafte Hüft- und Schulterwinkel, nicht gestreckte Zehen etc. werden zu wenig bestraft.
Mehr Flexibilität, um in der B-Note wertzuschätzen, wie sauber und flüssig geturnt wurde.	---
Jede*r Wertungsrichter*in soll die B-Note aufgeteilt für Technik, Haltung und Dynamik eintragen, nicht nur einen Gesamtwert.	---
Am Minitramp differenzierter bewerten.	Da derzeit fast alle Wertungen bei den großen Wettkämpfen fast gleich hoch sind, wird dieses Gerät fortschreitend irrelevant.
WeRi-Prüfung für Pferd und Ringe „leichter“.	Aktuell kann man das nicht schaffen, wenn man nicht beide beherrscht, man kann aber die Grundlizenz bekommen, obwohl man ein Gerät in der A-Note völlig verhaut. Das ist unverhältnismäßig.
Wiederholen von misslungenen Elementen erlauben, aber sowohl als Sturz als auch in der Dynamik weniger Punkte vergeben.	---
Keine 0 Punkte auf die gesamte B-Note, wenn ein Element zum dritten Mal versucht wird, nur keine Anerkennung oder minus 0,5 in der Endnote.	---
Es muss klar festgelegt werden, dass bei einem Sturz in der Übung die B-Note nicht 10 Punkte sein kann.	Der Sturz erfolgte aus einem bestimmten Grund: Technik oder Spannung oder Konzentration = Haltung.
Stürze härter bestrafen. Ein Element mit Sturz sollte auch bei Anerkennung (in der A-Note) mehr Punkte kosten als bringen.	Damit im Wettkampf nur Elemente gezeigt werden, die die Turnenden sicher beherrschen.
Die Begriffe „Aufgang“ und „Abgang“ sollten präzise definiert werden.	Das würde viele Diskussionen ersparen.
Die A-Note muss sofort nach der Übung mitgeteilt werden, damit interveniert werden kann.	---
Klarere Vorgaben bei Trainer-Beschwerden, wenn diese mit Wertungen nicht einverstanden sind.	---
Klare Regelung treffen, dass der Video-Beweis zur Änderung von WeRi-Entscheidungen nicht gilt.	---
Unbedingt Verbindungszehntel einführen für: <ul style="list-style-type: none"> • Boden: Rondat-Flick-Salto oder Überschlag-Salto • Balken: Rad-Saltoabgang, gymnastische Sprünge, Bogen-Flick Abgang, Flick-Saltoabgang • Stufenbarren: Rückschwung-Umschwung-Unterschwung, Ausgrätschen-Kippe, Kippe-Umschwung vv. 	---

<p>Es sollen Zusatzpunkte durch Übungs-Kombinationen erzielt werden können.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Boden z.B. Überschlag-Salto, Rondat-Flick, Rondat-Flick-Salto, Salto-Salto • Barren z.B. Kippe-Handstand • Stufenbarren/Reck: Freie Felge in die Riesen, Schwungstemme-Freie Felge, Kombination aus Rist- und Kammgriff-Riesen • Balken: Rad+Salto (Abgang), Bogen rw.+Flick 	---
<p>Technik-, Haltungs- und Dynamik-Kriterien nicht bloß in Form weniger Beispiele, sondern vollständig festlegen.</p>	---
<p>Bei einem Element pro Gerät soll man sich helfen lassen dürfen: Neutraler Abzug von 0,5, doch das Element zählt trotzdem.</p>	---
<p>Bei Generationen-übergreifenden Wettkämpfen sollen in der Basisstufe auch jüngere Kinder Alters-Zusatzpunkte erhalten: jedes Jahr unter 12 Jahren 1 Zusatzpunkt.</p>	<p>Kinder unter 6 Jahren erreichen selten mehr als drei Grundpunkte, unter 8-Jährige kaum die 6 Grundpunkte und bei den meisten 10-Jährigen wären 8 Elemente ein Traum.</p>
<p>Alters-Bonuspunkte sollten nicht zur A-Note zählen, sondern (wieder) zur Gesamtnote, bei einem Maximum von 20 Punkten pro Übung. Bei Gleichstand zählt der höhere Überschuss.</p>	---
<p>Erklärung Dynamik: Element geturnt/anerkannt klarstellen.</p>	---
<p>Klare Begriffsverwendung: Abgang – Kästchen – Element.</p>	---
<p>Klarere Vorschrift, welche Elemente verbunden werden können bzw., wie sie dann gezählt werden (als 1 oder 2 Elemente).</p>	<p>Es gibt Unklarheiten bzw. Inkonsistenzen bei Rollen, Arabesque, Standwaage.</p>
<p>Klatschen als Hilfestellung, wenn 2 sek. um sind, als solche bewerten.</p>	---
<p>Einen neutralen Abzug von max. 2 Punkten pro Übung einführen für Bekleidung und Haare richten, Verlassen der Bodenbahn (außer bei Sturz), ein-/angesagte Übungen oder Hilfestellungen.</p>	---
<p>Das Verlassen des Bodens während der Übung soll mit 0,5 Punkten neutralem Abzug bestraft werden.</p>	---
<p>Festlegen, ob bzw. wann das Verlassen der Bodenbahn als Sturz zählt.</p>	---
<p>Zusätzliches Nicht-Anerkennungs-Kriterium für die Rolle vorwärts: „Gesäß hebt sich nicht vom Boden“ (außer bei der Rolle zum Grätschsitz am Balken).</p>	<p>Damit klar ist, dass die Rolle vw. am Boden zum Sitz, Grätschsitz und Spagat nicht als Rolle zählt.</p>
<p>Wird in den AK 25-50 auf der Bank geturnt, werden nur max. 8 Elemente gewertet. Es sollte allerdings auch die B-Note eingeschränkt werden.</p>	<p>Es macht einen deutlichen Unterschied, ob man auf der Bank oder am Balken turnt. Es sollte angespornt und belohnt werden, am Balken zu turnen.</p>
<p>In der Generation B, eventuell erst ab der AK 50+, soll ein höherer Anreiz geschaffen werden (als nur die beiden zusätzlichen Elemente), um die Übungen am Balken statt auf der Bank zu turnen.</p>	<p>Eine hohe B-Note ist auf der Bank viel leichter zu erreichen, als auf dem Balken (viel mehr Wackler, Stürze etc.).</p>

Generation B: Das Turnen auf der Bank sollte erst ab jener Altersklasse erlaubt werden, in der auch Alterspunkte vergeben werden (dzt. AK 35+). Ausnahme: Übungen mit bis zu 4 Elementen – wie Generation A	---
Es soll nicht bereits ab der AK 25 auf der Bank geturnt werden dürfen. Bleibt es aber so, sollten nicht nur in der A-, sondern auch in der B-Note 8 Punkte das Maximum sein. Ab der AK 50 könnte dies auf 9 und ab der AK 60 auf 10 Punkte erhöht werden.	---
Es sollen ab der AK 30 auf der Bank auch 10 Elemente geturnt werden dürfen.	---
Balkenübungen für bis 7-Jährige verpflichtend auf der Bank, mit maximal fünf Elementen.	---
Balken: Die Obergrenze für auf der Bank erlaubte Grundpunkte soll von vier auf fünf angehoben werden.	---
Ab der AK 30 darf man (ohne Anpassung der Bestimmungen) auch auf der Langbank statt auf dem Balken turnen.	---
Für Turnerinnen mit schlechter Sehkraft das Turnen auf der Bank statt am Balken erlauben, unabhängig vom Alter, eventuell mit neutralem Abzug oder einer Elemente-Maximalzahl.	---
Abänderung der B-Noten-Bewertung für Minitramp (Absprung 4 Punkte, Flugphase 4 Punkte, Landung 2 Punkte) und Sprung (Absprung und erste Flugphase 4, Stütz und zweite Flugphase 4, Landung 2).	---
Änderung der Zusatzpunkte-Bewertung am Sprung: <ul style="list-style-type: none"> • 1. Phase (beinhaltet auch den Absprung: 4 Punkte • 2. Phase (beinhaltet auch die Landung – Abstand zum Gerät: 4 Punkte • Landung (Landung nach einem gewissen Abstand zum Gerät): 2 Punkte 	Die Distanz zum Sprunggerät fließt in die Bewertung der Landung ein. Wenn die Landung zu nahe erfolgt, müssen auch Abzüge in der zweiten Phase erfolgen (es gibt einen bestimmten Grund / technischen Mangel, weshalb mit einem zu geringen Abstand zum Sprunggerät gelandet wird).
Änderung der Zusatzpunkte-Bewertung am Minitramp: Haltung 4 Punkte, Technik 4 Punkte, Landung 2 Punkte.	---
Änderung der Zusatzpunkte-Bewertung am Sprung und Minitramp: <ul style="list-style-type: none"> • Absprung 2 Punkte • Körperposition bzw. Haltung 3 Punkte • Höhe bzw. Weite 3 Punkte • Landevorbereitung und Landung 2 Punkte 	---
Neue Zusatzpunkte-Beurteilungskriterien für Sprung und Minitramp: <ul style="list-style-type: none"> • 4 = Technik (4 genaue technische Kriterien pro Sprung festlegen) • 3 = Haltung (3 Kriterien festlegen: Körperspannung, Arme, Beine) • 1 = Gesamteindruck und Dynamik • 2 = Landung (Punktlandung ist die Optimal-Ausführung, sonst Abzüge) 	---

Minitramp und Sprung: zwei verschiedene Sprünge erlauben.	---
Minitramp und Sprung: zwei verschiedene Sprünge erlauben, aber ggf. muss der erste der schwierigere sein.	---
Man soll zwei verschiedene Sprünge turnen und dann zählt der Mittelwert.	---
Entweder soll man den Sprung vorher ansagen müssen oder man soll zwei unterschiedliche zeigen können.	Bei einem misslungenen ersten Sprung hängt es davon ab, was die Wertungsrichter*innen als Absicht gesehen haben. Das führt zu erhöhtem Verletzungsrisiko, weil man beim zweiten Versuch mit Krampf das misslungene Element zu retten versucht.
Minitramp und Sprung: Nach Vorbeilaufen am Gerät statt Absprung soll dies nicht folgenlos bleiben, sondern in der Dynamiknote negativ berücksichtigt werden.	---
Minitramp und Sprung: Bei Landungen unter 90° Kniewinkel nicht auf null aberkennen, sondern zwei Punkte abziehen.	---
90-Grad-Kniewinkel Nichtanerkennungs-Regelung bei den Minitramp- und Sprung-Landungen abschaffen, dafür die Landung bei Technik und Dynamik beurteilen (unter 90° max. 1 Dynamik-Punkt, unter 60° null Dynamikpunkte).	---
Minitramp: Deutlicher klarstellen, dass der Anlauf nicht zu bewerten ist.	Viele Wertungsrichter*innen bewerten den Anlauf trotzdem.
Minitramp: Den „aktiven Armzug“ aus den Beschreibungen der Optimal-Ausführungen definieren.	---
Nicht-Anerkennungs-Kriterien für die Hocke am Sprung ergänzen: Durchschub und seitliches Vorbeihocken.	---
Reck/Stufenbarren: Genauer festlegen, was als Sturz zählt, wenn der Boden nicht berührt wird.	---
Reck: Klare Festlegung, ob in der Oberstufe Pausen im Stütz zu Dynamikabzügen führen oder nicht.	---
Hochreck/Stufenbarren: Das Hochheben der Kinder in den Stütz sollte erlaubt sein.	Wenn z.B. die Langhangkippe daneben geht, ist die Übung sonst zu Ende.
Wertungsklarstellung für Mühle und Spreizkippe am Reck, wenn der Stütz nicht erreicht wird: Sturz oder nur ungültiges Element? Kein Sturz und Dynamikabzug?	Dazu gibt es verschiedene Auffassungen.
A-Note-Unterscheidung Bank/Balken sollte wie bei Kasten/Tisch am Sprung erfolgen.	---
Die Übungsreihenfolge sollte vorher schriftlich beim Wertungsgericht abgegeben werden. Wenn ein Element fehlt, gibt es keinen Punkt, aber auch keinen Strafabzug.	Damit wird das komplexe Mitschreiben und Bewerten etwas einfacher. Es muss nur noch abgehakt werden, ob etwas geturnt wurde und ob es zählt.
Mehr Übungsvideos mit korrekter Bewertung online anbieten.	So können die Wertungsrichter*innen vor den Wettkämpfen üben und ihre Aufmerksamkeit schärfen.
Man soll nie mehr als zwei Durchgänge hintereinander werten dürfen.	Mehr ist zu anstrengend, es leidet die Konzentration.

Wertungsrichter*innen sollen getrennt voneinander sitzen und sich nur besprechen dürfen, wenn die Differenz der B-Noten mehr als 2 Punkte beträgt.	---
Wertungsrichter*innen sollen immer denselben Sitzplatz einnehmen und diesen nicht variieren dürfen.	Mit der Veränderung des Sitzplatzes passiert automatisch auch eine andere Sichtweise.
Bei den Schulwettkämpfen sollen nur neutrale Wertungsrichter*innen eingesetzt werden.	Dann kann sich keiner aufregen, dass es unfair war.
Jedes Bundesland schickt zur Österreichischen Meisterschaft gleich viele Wertungsrichter*innen.	Damit es fairer ist.
Bei der Österreichischen Meisterschaft von 2er- auf 4er-Wertungsgerichte erhöhen.	---

Elemente:

Boden:

Vorschlag:	Begründung:
Basisstufe: Den Handstand wieder verpflichtend als Halteelement einführen.	Der Handstand ist ein wichtiges Grundelement für mehrere Geräte und muss korrekt geturnt eingefordert werden. Derzeit wird fast jeder zweifelhafte Versuch als gelungener Handstand akzeptiert.
Basisstufe: Überschlag vorwärts und Flickflack als eigenständige Elemente festlegen, dafür Wechselschritt-Pferdchen-Sprung ersatzlos streichen.	---
Basisstufe: Flickflack und Überschlag sollten wieder eigenständige Elemente werden, zulasten der Saltos, diese erst in der Oberstufe.	Beide sind wichtige Grundlagen für schwierigere Elemente
Radüberschlag (Radwende auswärts) aufnehmen.	---
Basisstufe: Als Alternative zum Salto das freie Rad (den freien Überschlag) mit aufnehmen.	---
Basisstufe: Beide Bogengang-Varianten als Elemente aufnehmen.	Es handelt sich um grundlegende Elemente. Für manche Kinder sind die Elemente vorwärts/rückwärts einfacher als die Richtungswechsel-Elemente.
Basisstufe: Ins Kästchen „Überschlag oder Flickflack“ sollen auch Bogen vorwärts und rückwärts als Oder-Elemente aufgenommen werden.	---
Basisstufe: Ins Kästchen „beliebige Standwaage oder Spagat“ sollten zusätzlich Bogen vorwärts und rückwärts als Oder-Elemente aufgenommen werden.	---
Basisstufe: Bogengang statt Wechselschritt-Pferdchen-Hüpfer.	---
Basisstufe: Bogen vorwärts oder rückwärts als Pflichtelement (ohne weitere Alternative).	---
Den Bogengang vorwärts aus der Oberstufe streichen und keinesfalls in der Basisstufe neu aufnehmen (n.M. auch beim Bogengang rückwärts identisch handeln).	Der Bogengang vorwärts ist eines der am schwierigsten zu erlernenden Elemente, wenn es darum geht, ihn technisch so zu turnen, dass wir keine Spätschäden an der Wirbelsäule provozieren. Dieses Element anzubieten bedeutet, dass viele Turnerinnen dieses Element ausprobieren und – wenn sie hypermobil genug sind – es auch schaffen können, aber eben mit völlig falscher und schädlicher Ausführung. Zu viele unerfahrene Trainer*innen lassen das zu (weil sie es nicht besser wissen und erkennen) und schädigen so die ihnen anvertrauten jungen Menschen!
Rolle rückwärts bei ganz kleinen Kindern verbieten.	Ist nicht gut für Kopf und Rücken, da oft falsch geturnt.
Basisstufe: Für Turnerinnen, die nicht so akrobatisch sind, mehr Sprünge und Drehungen anbieten.	---
Basisstufe: Gymnastische Sprünge (freie Wahl) als Pflichtelement (ohne Alternative).	---

Oberstufe: Streck- und Hocksprung nicht als Elemente für die gymnastische Sprungserie zulassen und verpflichtend zwei verschiedene Sprünge für die Serie verlangen.	Strecksprung und Hocksprung sowie die Kombination der beiden entsprechen nicht dem Niveau der Oberstufe.
Oberstufe: Gymnastische Serie nicht aus zwei gleichen Elementen, kein Strecksprung und kein Wechselschritt erlaubt.	---
Oberstufe: Bei der zweiteiligen gymnastischen Sprungserie ein Chassé zwischen den Sprüngen erlauben.	Unterbricht die Bewegung nicht, führt aber zu schöneren Raumwegen, mehr Dynamik und schwereren Sprüngen. Erschwert das Werten nicht, eröffnet aber neue Möglichkeiten.
Ein akrobatisches Element soll mit einem gymnastischen verbunden werden müssen.	---
Basisstufe: Standwaage und Kopfstand nicht mit Alternativen versehen, sondern nur für sich stehend.	Beides sind wichtige Grundschule-Teile.
Basisstufe: „Einbeinige 1/1 Drehung“ als weiteres Oder-Element zu „Sprung mit 1/1 Drehung oder Kopfstand“.	---
Basisstufe: Als Alternative zur Standwaage nicht nur den Spagat, sondern auch ein weiteres Wahlelement anbieten, eventuell einen Kraftteil.	Um für die Jungs eine geeignetere Alternative anzubieten.
Basisstufe: Spagat verpflichtend verlangen.	Mehr Anreiz zum Dehnen.
Basisstufe: Spagatsprung und Durchschlagsprung als Oder-Elemente für den Pferdchenhüpfer anbieten.	---
Basisstufe: Handstand 1/1 Drehung als Pflichtelement (ohne Alternative).	---
Basisstufe: Vorschlag eines kompletten Elementkatalogs mit zehn Kästchen mit je zwei Wahlelementen: <ul style="list-style-type: none"> • Rolle vorwärts oder Sprungrolle • Rolle rückwärts oder Rolle rückwärts über den Handstand • Wechselschritt mit 1 Sprung oder 2 Sprünge in einer direkten Kombination • Sprung mit ganzer Drehung oder eine ganze auf einem Bein gedrehte Drehung • Kopfstand oder Handstand • Rad oder einarmiges Rad • Rondat aus dem Stand oder mit Anlauf • Überschlag oder Flickflack • Salto vorwärts oder rückwärts • 1 freies Kästchen – man darf einen freien Teil (ev. eine Vorschlagsliste anlegen) turnen 	---
Handstanddrehung definieren (ob auch mit gerätschten Beinen gültig).	---
Oberstufe: Doppeldrehung statt 1,5 Drehung.	---
Oberstufe: Endo-Rolle zum Handstand aufnehmen.	---
Oberstufe: Statt „Salto 1/1 Schraube“ sollte „Salto mit mindestens 1/1 Schraube“ als Element vorgegeben sein.	Manchen fallen 1,5 Schrauben leichter, als eine. Wer z.B. zwei kann, soll sie auch turnen dürfen.

In der Oberstufe sollte für die Anerkennung der Rolle rw. in den Handstand eine Graddefinition für den Handstand bei den Aberkennungskriterien festgelegt werden.	---
Oberstufe: Freies Rad als Pflichtelement (ohne Alternative).	---
Oberstufe: Kopfstütz-Überschlag streichen.	---
Halbe Schrauben als Elemente mit einbauen.	Der Schritt vom Salto zur ganzen Schraube ist zu groß.

Balken:

Vorschlag:	Begründung:
Basisstufe: Aufsteigen sollte genauso wie Raufklettern nicht als Aufgang anerkannt werden.	---
Basisstufe: Beim „beliebigen Aufgang“ sollte das Auflegen des Rists hinter dem Gesäß aus dem Grätschsitz („Froscher!“) zusätzlich in die Aberkennungskriterien aufgenommen werden.	---
Basisstufe: Aufgang und Arabeske sollten direkt verbunden werden können und trotzdem beide zählen.	---
Basisstufe: Arabeske und Standwaage sollen zusammen geturnt werden dürfen.	Das ist viel harmonischer als getrennt.
Die Rolle zum Grätschsitz sollte nicht als Element zählen.	---
Basisstufe: In das Kästchen „Standwaage 2 sek.“ soll die Rolle vorwärts in den Grätschsitz als Oder-Element aufgenommen werden. Im Kästchen „Rad oder Rolle vorwärts oder Rolle rückwärts“ sollte die Rolle vorwärts dann nur mit beidbeiniger Landung zählen.	Bei dieser Teilung der Rollen wären ähnlich schwere Elemente in einem Kästchen.
Balken: Auch die Rolle in den Grätschsitz sollte mit „Optimal-Ausführung“ und „Nicht-Anerkennung“ im Elementkatalog angeführt werden.	Es ist aktuell z.B. unklar, ob die Hände bei der Landung auf dem Balken platziert werden dürfen.
Basisstufe: Beim Schrittsprung müssen die Ab- und Anerkennungskriterien verschärft werden.	Das Wort Sprung impliziert, dass die ganze Turnerin in der Luft über dem Balken sein muss (ein „beherzter Schritt vorwärts mit lautem Auftrampeln“ ist kein Sprung). Vielleicht ist hier auch eine Zentimeterangabe (mind. 50 cm) hilfreich. „Schätzen kann man lernen!“
Basisstufe: Strecksprung, Hocksprung, Bücksprung und Grätschsprung gemeinsam in einem Kästchen ist zu viel. Besser auf zwei Kästchen aufteilen.	Damit man noch eine Alternative für einen Abgang hat.
Basisstufe: Als zusätzliche Alternative zum Strecksprung diesen auch mit einfachem/doppelten Beinwechsel oder mit halber Drehung etc. erlauben.	---
Basisstufe: Als Wahlelement zum Schrittsprung sollte der Spagatsprung (beidbeiniger Absprung, beid- oder einbeinige Landung) aufgenommen werden.	---
Basisstufe: Spagatsprung und Durchschlagsprung als Oder-Elemente für den Pferdchenhüpfer anbieten.	---
Basisstufe: Rad und Handstand sollten eigenständige Elemente werden (Rolle und Pirouette erst wieder in der Oberstufe).	Beide sind wichtige Grundlagen-Elemente, die von allen Turnerinnen beherrscht werden sollten.
Basisstufe: Handstand und Pirouette sollten nicht im selben Kästchen sein.	---
Basisstufe: Die Radwende sollte kein Abgang mehr sein.	Da schwierigere Abgänge wie Überschlag und Saltos aktuell gar nicht mehr belohnt werden.

Basisstufe: Salto-Abgang als Pflichtelement (ohne Alternative).	---
Basisstufe: Bogen rückwärts aufnehmen.	---
Basisstufe: Bogengang einbauen.	Als Aufbau für Flickflack in der Oberstufe.
Basisstufe: Bogen vorwärts oder rückwärts als Pflichtelement (ohne Alternative).	---
Basisstufe: Mehr Auswahlmöglichkeiten, z.B. Bogengang vorwärts und rückwärts als Oder-Elemente zu Rad/Rolle.	Es handelt sich um grundlegende Elemente. Für manche Kinder sind die Elemente vorwärts/rückwärts einfacher als die Richtungswechsel-Elemente.
Den Bogengang vorwärts aus der Oberstufe streichen und keinesfalls in der Basisstufe neu aufnehmen (n.M. auch beim Bogengang rückwärts identisch handeln).	Der Bogengang vorwärts ist eines der am schwierigsten zu erlernenden Elemente, wenn es darum geht, ihn technisch so zu turnen, dass wir keine Spätschäden an der Wirbelsäule provozieren. Dieses Element anzubieten bedeutet, dass viele Turnerinnen dieses Element ausprobieren und – wenn sie hypermobil genug sind – es auch schaffen können, aber eben mit völlig falscher und schädlicher Ausführung. Zu viele unerfahrene Trainer*innen lassen das zu (weil sie es nicht besser wissen und erkennen) und schädigen so die ihnen anvertrauten jungen Menschen!
Basisstufe: Rad und Rolle als eigene Elemente anbieten, nicht als Oder-Elemente.	---
Basisstufe: es gibt drei Sprungelemente, eines sollte reduziert werden.	---
Basisstufe: Gymnastische Sprünge (freie Wahl) als Pflichtelement (ohne Alternative).	---
Mehr gymnastische Sprünge verlangen.	---
Als Endposition des Rades sollten nicht nur die Arme in Hochhalte, sondern auch in Seithalte als Optimal-Ausführung gelten.	Wird in der Trainerausbildung so unterrichtet.
Beim Rad sollte die Hand-/Armhaltung bei der Landung nicht bei der Optimal-Ausführung angeführt werden.	Sowohl Seit- als auch Hochhalte sind in Ordnung.
Spagat als Oder-Element zur Standwaage anbieten.	---
Als Abgang freie Radwende oder freie Rolle.	---
Rolle rückwärts streichen.	---
Den Handstand verpflichtend als Halteelement einführen (Basis- und Oberstufe).	Der Handstand ist ein wichtiges Grundelement für mehrere Geräte und muss korrekt geturnt eingefordert werden. Derzeit wird fast jeder zweifelhafte Versuch als gelungener Handstand akzeptiert.
Oberstufe: Der Handstand soll 2 sek. gehalten werden müssen.	---
Oberstufe: Freies Auflaufen oder Aufrollen plus Sprung in den Handstand (auch gegrätscht) als Aufgang.	---
Oberstufe: Ein Oder-Element für das Rondat anbieten.	---

Oberstufe: Rondat streichen.	---
Oberstufe: Freies Rad aufnehmen.	---
Oberstufe: Bei der Sprungserie müssen zwei verschiedene Sprünge gezeigt werden.	---
Oberstufe: Bei der zweiteiligen gymnastischen Sprungserie einen Zwischenschritt erlauben.	Das erschwert das Werten nicht, eröffnet aber zahlreiche neue Möglichkeiten. Beispiele dafür sind Durchschlag-sprung – einbeiniger Spagatsprung oder Sissone – einbeiniger Spagatsprung.
Oberstufe: Im Kästchen „Sprung mit Spreizwinkel über 120°“ sollte als Oder-Element ein Sprung mit ¼-Drehung statt mit halber Drehung verlangt werden.	---
Oberstufe: Überschlag vorwärts ist als Abgang zu einfach.	---
Oberstufe: Schraube als Abgang aufnehmen.	---
Oberstufe: Schraubensalto als Abgang verpflichtend (ohne Alternative).	---
<p>Basisstufe: Vorschlag eines kompletten Elementkatalogs mit zehn Kästchen mit je zwei Wahlelementen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufgang • 1 Sprung: Strecksprung oder Hocksprung • 1 Sprungserie mit 2 verschiedenen Sprüngen: alles außer Strecksprung/Hocksprung • Standwaage oder Spagat • Rolle vorwärts oder rückwärts (zum Stand, Grätschsitz oder Sitzen) • Handstand oder Rad – beide Füße müssen bei der Landung am Balken sein • Halbe Drehung gedreht oder gedreht • Ganze Drehung gedreht oder gesprungen • 1 Freier Teil, der noch nicht gezeigt wurde • Abgang: Grätschsprung/Grätschwinkelsprung oder Rondat/Überschlag/Salto 	---

Barren:

Vorschlag:	Begründung:
Basisstufe: Beliebigen Aufgang ermöglichen.	Analog zum Balken.
Basisstufe: Das Kästchen „Sprung in den Stütz und Vorschwing“ sollte durch „Aufgang in den Stütz“ ersetzt werden.	Um mehr Vielfalt in den Übungen zu ermöglichen und ein flüssigeres Turnen mit weniger Schwüngen zu erreichen.
Basisstufe: Als Aufgang andere Elemente dazunehmen (Unterschwung, Stemme, Kippe oder Sonstiges).	---
Basisstufe: Es sollte mehr einfachere Elemente geben (z.B. Rückschwung mit Aufhocken eines Beines, ggf. sollten alte L1-Kunstturn-Übungen durchforstet werden).	Um die Motivation zu erhöhen.
Basisstufe: Ins Kästchen „Vorschwing in den Grätschsitz“ sollte eine halbe Drehung als zusätzliches Oder-Element aufgenommen werden.	---
Basisstufe: Die Anzahl der Vor-/Rückschwünge sollte von vier auf drei reduziert werden.	Damit beim vierten Schwung schon ein weiteres Element geturnt werden kann.
Basisstufe: Der Außenquersitz soll ein Halteelement (2 sek.) werden.	---
Basisstufe: Der Handstand sollte ein verpflichtendes Halteelement sein.	---
Basisstufe: Die Stützwaage als Element aufnehmen.	---
Basisstufe: In das Kästchen „Rolle vorwärts oder Rolle rückwärts“ sollte als zusätzliches Oder-Element die Oberarmkippe aufgenommen werden.	---
Basisstufe: Einfache Abgänge sollten keinen Punkt geben, sondern nur etwas anspruchsvollere wie z.B. Kreishocke oder Wende oder Abgang aus dem Handstand.	Damit es belohnt wird, Anspruchsvolleres zu üben.
Basisstufe: Vorschlag eines kompletten Elementkatalogs mit zehn Kästchen mit je zwei Wahlelementen: <ul style="list-style-type: none"> • Aufgang Stütz und 1 Schwung • 4 Schwünge im Stütz oder Hang • 1 Schwung zum Grätschsitz oder Außenquersitz • Rolle vorwärts oder Rolle rückwärts • Stemme vorwärts oder rückwärts • Eine Kippe mit Bodenkontakt (Laufkippe) oder Schwebekippe • Rückfallkippe zum Stütz oder Grätschsitz • Oberarmstand oder Handstand • Ein freier Teil, der noch nicht gezeigt wurde • Abgang: Wende/Kehre oder Kreishocke/Salto 	---
Oberstufe: Handstanddrehung definieren (ob auch mit gerätschten Beinen gültig).	---
Oberstufe: Healy-Quirl zum Oberarmhang aufnehmen.	---
Oberstufe: Stemme rückwärts zum Handstand als eigenständiges zusätzliches Element aufnehmen.	---

Oberstufe: Die Rolle vorwärts streichen.	Hat in der Oberstufe nichts verloren.
Oberstufe: „Handstand 2 sek.“ mit anschließender halber Drehung soll auch in direkter Verbindung geturnt werden können und als zwei Elemente zählen.	---

Minitramp:

Vorschlag:	Begründung:
Grätschsprung durch Strecksprung mit halber Drehung ersetzen.	---
Streichung der Bücke.	---
Für den Grätschwinkel- und den Bücksprung muss eine Oberkörper-Winkelregelung aufgenommen werden, die bei Nichterfüllung zur Aberkennung führen. Optimal wäre eine mindestens waagrechte Beinposition, Aberkennung, wenn niedriger als 45°.	---
Flugrolle als Alternative zur ganzen Drehung oder zum Bücksprung einführen.	---
Flugrolle als Oder-Element zur ganzen Drehung anbieten.	---
Salto vorwärts mit halber Drehung nicht nur gehockt, sondern auch gebückt akzeptieren.	---
Nicht nur Hocksalto mit halber Drehung erlauben, sondern auch freies Rondat, aber technische Abzüge für frühzeitigen Drehbeginn vornehmen.	---
Hocksalto mit halber Drehung und Strecksalto als Oder-Elemente anbieten.	---
Hocksalto mit halber Drehung streichen. Strecksalto mit halber Schraube wäre grundsätzlich eine gute Alternative, aber keine freien Rondats ermöglichen.	Kontraproduktive Bewegungen beim Erlernen der Folgeelemente Strecksalto und Schraube.
Hocksalto mit halber Drehung streichen, den Strecksalto um einen Punkt abwerten (Basisstufe 9 GP), dafür den Strecksalto mit halber Drehung (Basisstufe 10 GP) zusätzlich aufnehmen.	---
In der Basisstufe mehr Fokus auf die Schrauben legen. Der Strecksalto sollte auf jeden Fall im Programm bleiben, jedoch eine halbe Schraube als 10er-Element.	---
Die 10er-Übung der Basisstufe sollte der Strecksalto mit ganzer Schraube sein.	---
Verpflichtende Aussage der Wertungsrichter*innen nach dem ersten Sprung, ob gehockt, gebückt oder gestreckt gewertet wurde, damit man den zweiten Sprung anpassen kann.	---
Die Mindest-Sprunghöhe bei den Salti sollte klar definiert werden. Unter Schulterhöhe der/des Turnenden (Stand im Minitramp) sind Salti abzuerkennen.	---
Mehr Elemente anbieten, die die Basisstufe von der Oberstufe unterscheiden.	---
Oberstufe: Doppelsalto vorwärts neu aufnehmen.	---

Reck/Stufenbarren:

Vorschlag:	Begründung:
Basisstufe: Der Hüftaufschwung sollte ein alleinstehender Pflichtteil sein und der alternative Sprung in den Stütz gestrichen werden.	Der Hüftaufschwung sollte von allen Turner*innen beherrscht werden.
Basisstufe: Hüftaufzug (kein -schwung).	---
Basisstufe: Klarstellen, dass nicht nur der Hüftaufschwung, sondern auch der Hüftaufzug gilt.	Eigentlich sind es zwei verschiedene Elemente, daher sollte es eindeutig geregelt sein.
Basisstufe: Vorhebehalte und ggf. Flugzeug zumindest als Alternative zu Knie-Ab-Aufschwung einbauen.	---
Basisstufe: Knie-Ab- und Aufschwung als Pflichtelement ohne Alternative.	---
Basisstufe: Knie-Ab- und Aufschwung streichen.	---
Basisstufe: Neues Element Vorschweben-Rückschweben zum Stand als Alternative zu den 4 Schwüngen.	---
Basisstufe: Hüftabzug (kein -schwung).	---
Basisstufe: Hüftabschwung streichen, dafür den Napoleon wieder einführen.	---
Basisstufe: Im Kästchen „Hüftabschwung vorlings vorwärts oder vier Schwüngen“ den Hüftabschwung streichen und durch „Einhocken oder Einspreizen“ ersetzen.	Die Zahl der Bodenkontakte gering halten. Am Boden im Schulturnen kann man auch keine 10 Punkte erreichen (Salto, Überschlag, Flick). Daher sollte man sich auch am Reck/Stufenbarren am modernen Turnen orientieren.
Basisstufe: 2 Bodenkontakte statt 1 erlauben.	---
Basisstufe: Der Rückschwung sollte kein eigenständiges, sondern ein Oder-Element sein.	---
Basisstufe: Kästchenwechsel des Hüftabschwungs (weg von den vier Schwüngen) zum Rückschwung aus dem Seitstütz vorlings rückwärts.	---
Basisstufe: Spreizstütz (Vorbereitung für den Spreizumschwung) als einzelnes Element neu dazu.	Ähnlich wie beim Rückschwung, der auch als eigenes Element zählt.
Basisstufe: Spreizumschwung abschaffen.	Hat nichts mit turnerischen Kernpositionen zu tun und stellt keine Grundlage für weitere Elemente dar.
Basisstufe: Beidbeinig Durchhocken in den Sitz einführen.	---
Basisstufe: Sitzumschwung streichen.	Unterbricht meist die Übung und stellt keine Grundlage für weitere Elemente dar.
Basisstufe: Sitzumschwung nur für die Schule.	---
Basisstufe: Stalder- und Endo-Umschwung in den Sitz als Alternative für den Sitzumschwung einführen.	---
Basisstufe: Sohlenwelle einführen.	---

Basisstufe: Kästchenwechsel der „zweite/andere Kippe“ (weg vom Knie-Ab- und Aufschwung) als weiteres Oder-Element zu „Sprung in den Stütz oder Hüftaufschwung“.	---
Basisstufe: Zwei verschiedene Kippen als Pflichtelemente.	---
Basisstufe: Rückfallkippe und Kippe als Aufgang sollten eigenständige Teile sein und nicht nur Alternativen.	Wichtige Grundschule.
Basisstufe: Zweite Kippe verpflichtend verlangen.	Erleichtert den Übergang zur Oberstufe.
Basisstufe: Schwungstemme rückwärts als zusätzliches Oder-Element zu Knie-ab-auf bzw. zweite Kippe.	Die Schwungstemme ist nicht so schwierig und passt gut zu den übrigen Elementen am Hochreck.
Basisstufe: Als Alternative zum Unterschwingung als Abgang die Flanke einführen.	---
Basisstufe: Salto-Abgang als Pflichtelement.	---
Basisstufe: Ab drei Elementen sollte man am Hochreck turnen müssen.	---
Die vier Schwünge auf drei reduzieren.	Schon der vierte Schwung kann für ein neues Element verwendet werden.
Anerkennungs-Kriterien für die Freie Felge erleichtern.	---
Kippen stets verpflichtend ohne Bodenberührung.	---
Zweiten Holmwechsel erlauben.	Dadurch würden die Übungen abwechslungsreicher.
Aufgrätschen-Unterschwingung mit halber oder ganzer Drehung als Abgang.	---
Oberstufe: Konter statt Unterschwingung als Pflichtelement.	---
Oberstufe: Rückgrätschen oder Konter als zusätzliches Oder-Element bei der Riesenfelge einführen.	Für „klassische“ Vereine (2x/Woche Training) werden dadurch die 10 Elemente bei den Mädchen realistischer.
Oberstufe: Stalder- und Endo-Umschwung in den Handstand (bzw. 45 Grad) als Alternative für die freie Felge.	---
Oberstufe: Mehr Abgänge-Auswahl ermöglichen (auch Salto vw., Salto aus dem Stütz oder aus dem Handstand).	---
Basisstufe: Vorschlag eines kompletten Elementkatalogs mit zehn Kästchen mit je zwei Wahlelementen: <ul style="list-style-type: none"> • Aufgang: Aufschwung oder Sprung in den Stütz • Umschwung vorlings rückwärts oder Freie Felge • Beliebige Kippe • Umschwung vorwärts vorlings gehockt oder gebückt • Knieabschwung oder Rückschwung zum Stütz (einzeln gezeigt!) • Mühle vorwärts oder rückwärts • Hüftabschwung oder Rückschwung zum Stand • Sitzwelle oder eine zweite Kippe, die noch nicht gezeigt wurde • 1 Freier Teil • Abgang: Unterschwingung oder Wende/Hocke 	---

Sprung:

Vorschlag:	Begründung:
Statt Aufknien und Mutsprung: Anlauf und Strecksprung.	---
Mutsprung streichen. Dafür nach dem Aufknien aufstehen und dann Strecksprung.	---
„Aufknien + Mutsprung“ streichen, stattdessen „Kasten längs: Aufhocken, Liegestütz, Anhocken, Strecksprung“.	---
Bei Aufhocken + Strecksprung am Längskasten/Tisch ist klarzustellen, dass ohne Zwischenschritte/-hüpfer von der Aufhock-Position sofort abgesprungen werden muss.	---
Hockwende raus, stattdessen Aufhocken + Strecksprung mit halber Drehung.	---
Grätsche und Hocke einen Punkt höher einstufen, statt der bisherigen Grätsche nun „Aufhocken + Strecksprung mit ganzer Drehung“.	---
Grätsche über den Bock einführen.	---
Streichung der Bücke.	---
Kopfstütz-Überschlag statt Bücke.	---
Den Kopfstütz-Überschlag ins Programm nehmen.	Vor allem im Erwachsenenturnen fehlt dieser Sprung als leichtere Alternative zum Überschlag.
Handstand-Umfallen auf Mattenberg einführen.	---
Die Aberkennungskriterien für den Überschlag gehören genauer definiert. Eine Definition muss über den Armwinkel und Arm-Rumpfwinkel erfolgen.	„Kopfkippbewegungen“ ohne Berühren des Kopfes sind kein Überschlag.
Eine gleichwertige Alternative zum Überschlag finden.	Damit es für Turner*innen wie Wertungsrichter*innen Abwechslung gibt.
Überschlag ½ Drehung als schwierigstes Element der Basisstufe definieren.	---
Basisstufe: Vorschlag eines kompletten Elementkatalogs: <ul style="list-style-type: none"> • 1 = Quer: Aufknien-Mutsprung oder Aufhocken-Strecksprung • 2 = Quer: Hockwende • 3 = Quer: Grätsche • 4 = Quer: Hocke • 5 = Längs: Grätsche • 6 = Längs: Hocke • 7 = Quer: Rondat • 8 = Quer: Überschlag • 9 = Längs: Rondat • 10 = Längs: Überschlag 	---
Oberstufe: Überschlag mit halber Drehung ersetzen.	Dieser Sprung wird kaum geturnt, die 8-Punkte-Position ist dafür zu wichtig.

Definition halb-halb usw. <u>nicht</u> über den Handaufsatz der ersten Hand.	Da hier technisch ein 90°-Aufsatz an sich ja richtig ist.																																																				
Yurchenko ohne Salto als Wahlelement in die Oberstufe aufnehmen.	---																																																				
Streichung von Tsukahara und Überschlag-Salto.	Aus Sicherheitsgründen – und als Anreiz für Vereine mit sehr hohem Trainingsumfang, doch ins Kunstturnen zu wechseln.																																																				
Sprung: Änderung des Elementkatalogs wie folgt:	---																																																				
<table border="0"> <thead> <tr> <th colspan="2"><u>Basisstufe</u></th> <th></th> <th><u>Oberstufe</u></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Kasten quer</td> <td>Kasten längs oder Tisch</td> <td>Aufknien Mutsprung</td> <td></td> </tr> <tr> <td>1 Punkt</td> <td></td> <td>Hockwende</td> <td>1 Punkt</td> </tr> <tr> <td>2 Punkte</td> <td></td> <td>Aufhocken Strecksprung</td> <td>2 Punkte</td> </tr> <tr> <td>3 Punkte</td> <td>5 Punkte</td> <td>Grätsche</td> <td>3 Punkte</td> </tr> <tr> <td>4 Punkte</td> <td>6 Punkte</td> <td>Hocke</td> <td>4 Punkte</td> </tr> <tr> <td>5 Punkte</td> <td>7 Punkte</td> <td>Radwende</td> <td>5 Punkte</td> </tr> <tr> <td>6 Punkte</td> <td>8 Punkte</td> <td>Überschlag</td> <td>6 Punkte</td> </tr> <tr> <td>7 Punkte</td> <td>9 Punkte</td> <td>Überschlag ½</td> <td>7 Punkte</td> </tr> <tr> <td>8 Punkte</td> <td>10 Punkte</td> <td>Yamashita</td> <td>8 Punkte</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>½ / ½</td> <td>9 Punkte</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>Halbe/Ganze, Überschlag 1/1</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>Tsukahara</td> <td>10 Punkte</td> </tr> </tbody> </table>	<u>Basisstufe</u>			<u>Oberstufe</u>	Kasten quer	Kasten längs oder Tisch	Aufknien Mutsprung		1 Punkt		Hockwende	1 Punkt	2 Punkte		Aufhocken Strecksprung	2 Punkte	3 Punkte	5 Punkte	Grätsche	3 Punkte	4 Punkte	6 Punkte	Hocke	4 Punkte	5 Punkte	7 Punkte	Radwende	5 Punkte	6 Punkte	8 Punkte	Überschlag	6 Punkte	7 Punkte	9 Punkte	Überschlag ½	7 Punkte	8 Punkte	10 Punkte	Yamashita	8 Punkte			½ / ½	9 Punkte			Halbe/Ganze, Überschlag 1/1				Tsukahara	10 Punkte	
<u>Basisstufe</u>			<u>Oberstufe</u>																																																		
Kasten quer	Kasten längs oder Tisch	Aufknien Mutsprung																																																			
1 Punkt		Hockwende	1 Punkt																																																		
2 Punkte		Aufhocken Strecksprung	2 Punkte																																																		
3 Punkte	5 Punkte	Grätsche	3 Punkte																																																		
4 Punkte	6 Punkte	Hocke	4 Punkte																																																		
5 Punkte	7 Punkte	Radwende	5 Punkte																																																		
6 Punkte	8 Punkte	Überschlag	6 Punkte																																																		
7 Punkte	9 Punkte	Überschlag ½	7 Punkte																																																		
8 Punkte	10 Punkte	Yamashita	8 Punkte																																																		
		½ / ½	9 Punkte																																																		
		Halbe/Ganze, Überschlag 1/1																																																			
		Tsukahara	10 Punkte																																																		

Pferd:

Vorschlag:	Begründung:
Elemente leichter machen.	Um die Attraktivität dieser Geräte zu steigern.
Klarstellen, dass Kehre und Wende sowohl am Gerät als auch als Abgang geturnt werden können.	---
Oberstufe: Das Element „zweite Schere in direkter Verbindung mit der Schere vorwärts“ sollte auch als Rückwärts-Variante angeboten werden.	Es gibt keinen Grund, es nicht zu tun. Einige Aberkennungen trotz zweier gut verbundener Scheren würde man sich ersparen.
<p>Oberstufe: Vorschläge zur Erhöhung der Komplexität, Schwierigkeit und Verbesserung der Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Das Element „Kehre oder Wende am Gerät“ endet IMMER, unabhängig von welcher Seite oder Richtung man es turnt, in einer statischen Position, von welcher ein dynamisches Fortsetzen seiner Übung nicht möglich ist. Für eine OS-Übung scheint das nicht sinnvoll zu sein. Somit streichen. • Der Elementblock „Wandern oder zweite Kreisflanke in direkter Verbindung mit der ersten Kreisflanke“ sollte getrennt werden. So könnten Element-Kombinationen wie Flanken-Wandern-Flanken am Pferdende-Abgang oder auch andere Kombinationen sinnvoll geturnt werden. • „Seitschwingen mit Vor-/Rückspreizen“ ist letztendlich genauso viel wert wie zwei Kreisflanken in Folge, steht aber in keiner Relation zueinander. Änderungsvorschlag: Die zwei Elemente „Seitschwingen mit Vor-/Rückspreizen“ sollten als ein Elementblock zusammengelegt werden, da dies sonst zwei „geschenkte“ Punkte sind. Dafür sollte das Basisstufen-Element „Kreisspreizen eines Beines“ auch in der Oberstufe hinzugefügt werden, womit auch ein weiteres Spreizelement zur Verfügung stünde. 	Im Vergleich zu den anderen Geräten ist am Turn10-Findelkind-Gerät Pferd eine Übung in der Oberstufe peinlich kurz und zu einfach.

Ringe:

Vorschlag:	Begründung:
Elemente leichter machen.	Um die Attraktivität dieser Geräte zu steigern.
Basisstufe: Die Hangwaage vorlings als Alternative zur Hangwaage rücklings ermöglichen.	Manchen fällt die Hangwaage vorlings leichter als rücklings.
Basisstufe: Schleudern und Stemme rw. als eigenständige Elemente, dafür Einkugeln streichen.	---
Zugstemme auch in der Basisstufe einführen, vielleicht zusätzlich in Kästchen 8 mit Einkugeln.	Bei genügend Kraft ist die Zugstemme leichter als die Stemme rückwärts (als zählbare Möglichkeit, in den Stütz zu kommen).
Die vier Schwünge auf drei reduzieren.	Schon der vierte Schwung kann für ein neues Element verwendet werden.
Oberstufe: Anerkennungs-Kriterium für Beugehandstand erleichtern.	---
Oberstufe: Stemme vw. streichen, mehr Basisstufen-Elemente auch in der Oberstufe ermöglichen.	Der Unterschied zwischen Basis- und Oberstufe ist riesig, größer als an allen anderen Geräten.
<p>Oberstufe: Vorschläge zur Verbesserung der Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zusammenlegung der Elemente Stemme vw./rw. in einem Kästchen (also „Stemme vw. oder rw.“). Somit ein Pflichtelement weniger, welches den Stütz als Endposition hat. Nun ein Element weniger, welches mit dem Basisstufe-Element „Winkelhang (2 sek.) mit gestreckten Beinen“ ersetzt werden könnte. • Die Ersetzung der Elemente/Elementblöcke „Zugstemme oder Hangwaage rücklings (2 sek.)“ und „Kippe in den Stütz“ durch folgende Elemente/Elementblöcke: „Kippe in den Stütz oder Zugstemme“ und „Hangwaage rücklings ODER vorlings (2 sek.)“. 	<p>In der Oberstufe ist man aktuell bei einer 10-Punkte-Übung zwangsweise mindestens 3x in einer Stützposition (nach Stemme vw., nach Stemme rw., nach Kippe, optional nach Zugstemme). Es gibt jedoch nur zwei Elemente, welche man aus einer Stützposition turnen kann (Winkel-/Grätschwinkelstütz, Beugehandstand/Flüchtiger Handstand). Für eine sinnvolle und flüssige/dynamische Übungs-Zusammenstellung ist dies sehr ungünstig, da man sich somit mindestens 1x umsonst in einer Stützposition befindet, was bei der ohnehin sehr schwierigen 10-Punkte-Oberstufe-Übung nicht nötig ist.</p> <p>Ändert man wie vorgeschlagen, muss man nur mehr 2x in den Stütz. Außerdem herrscht nun eine generelle Erleichterung, da somit mit 5 Schwungelementen und 4 Krafelementen (und ein Elementblock (Kippe oder Zugstemme) mehr Ausgewogenheit vorhanden sein würde.</p>