

# Schüler-Gruppen- Wettkampf (SGW)



Informationen für Trainer\*innen,  
Kampfrichter\*innen, Eltern und  
Interessierte

Stand: 12.02.2020

## **INHALTSVERZEICHNIS**

- 1. Wettkampfbeschreibung Schüler-Gruppen-Wettkampf**
2. Beschreibung der Disziplinen – nicht messbarer Bereich
  - 2.1 Turnen in der Gruppe
  - 2.2 Gruppengymnastik mit Handgerät
  - 2.3 Singen in der Gruppe
  - 2.4 Tanzen in der Gruppe
3. Beschreibung der Disziplinen – messbarer Bereich
  - 3.1 Medizinballweitwurf
  - 3.2 Pendelstaffel 8x50m
  - 3.3 Schwimmstaffel (Freistil) 8x50m
  - 3.4 Wertungstabellen

## 1. Wettkampfbeschreibung SGW

Der Schüler-Gruppen-Wettkampf (SGW) ist ein Mannschaftswahlwettkampf (man wählt 3 aus 6 möglichen Disziplinen).

Folgende Wettkämpfe werden angeboten:

**SGW 11** Mädchengruppen, Jungengruppen, gemischte Gruppen  
im Alter bis 11 Jahre, der Jahrgang zählt

**SGW 14** Mädchengruppen, Jungengruppen, gemischte Gruppen  
im Alter bis 14 Jahre, der Jahrgang zählt

### Disziplinen:

#### a) nicht messbarer Bereich

1. Turnen in der Gruppe
2. Gruppengymnastik mit Handgerät
3. Singen
4. Tanzen in der Gruppe

#### b) messbarer Bereich

1. Medizinballweitwurf
2. Pendelstaffel
3. Schwimmstaffel – nur bei SGW 14 (Wertungstabelle gemäß aktueller TGM/TGW Arbeitshilfe)

Es sind 3 Disziplinen auszuwählen. Dabei muss je eine Disziplin aus a) und b) gewählt werden, eine weitere ist aus a) oder b) frei wählbar. Eine Überraschungsdisziplin muss ebenfalls absolviert werden.

Für alle SGW-Mannschaften ist das Turnen Pflicht.

### Gruppenzusammensetzung:

Eine Gruppe kann aus 8 bis 14 Teilnehmern oder Teilnehmerinnen bestehen. Es können Mädchengruppen, Jungengruppen oder gemischte Gruppen antreten, wobei der Anteil Mädchen/Jungen bei gemischten Gruppe gleichgültig ist. Allerdings muss die Mannschaft dann in jeder Disziplin gemischt antreten.

In den nicht messbaren Disziplinen starten pro Disziplin mindestens 8, höchstens 14 Teilnehmer/innen. Startet eine Mannschaft mit weniger als 8 Personen wird 1,00 Punkt abgezogen.

In den messbaren Disziplinen müssen genau 8 Teilnehmer/innen starten. Ein Start mit weniger als 8 Teilnehmern ist nicht möglich und führt automatisch zu einem Endwert von 0,00 Punkten in dieser Disziplin. Ausnahme hiervon ist der Medizinballweitwurf: hier geht nur die tatsächlich geworfene Weite in die Wertung ein.

### **Allgemeine Hinweise**

SGW Mannschaften müssen vor Wettkampfbeginn eine Vereinszugehörigkeitsliste abgeben, diese Liste muss vom Verein abgestempelt und unterschrieben sein.

Die verwendeten Musiken sind vor Wettkampfbeginn auf CD abzugeben. Auf einer CD darf sich nur das jeweils benötigte Musikstück befinden, die CDs müssen genau beschriftet sein (Vereinsname, Wettkampf, Disziplin).

Bricht eine Gruppe aus Gründen, die sie selbst zu verantworten hat, ihren bereits begonnenen Vortrag ab, so kann sie noch einmal neu beginnen. In diesem Fall erhält sie einen Punkt Abzug.

Mängel und Störungen, die nicht im Eigenverschulden der Gruppe liegen z.B. Musikausfall, grobe Behinderung durch Außenstehende usw. führen zu keinem Nachteil für die Gruppe. Die Gruppe ist in derartigen Situationen berechtigt den Vortrag zu wiederholen.

Tritt während des Vortrags (bei den Disziplinen Turnen, Tanzen und Gymnastik) sichtlich eine Verletzung auf oder wird der Vortrag nicht mehr mit der kompletten Mannschaft fortgeführt hat das Kampfgericht abubrechen. Die Gruppe hat die Möglichkeit, den Vortrag mit einer Ersatzperson neu zu beginnen oder den bisher gezeigten Vortrag bewerten zu lassen. Bei sichtbarer Verletzung eines oder mehrerer Gruppenmitglieder ist der Oberkampfrichter in Absprache mit der Wettkampfleitung angehalten die entsprechende Person bzw. die Personen vom Vortrag auszuschließen.

Aircast, Orthesen, Schienen und Gipsverbände sind nicht erlaubt. Bandagen werden direkt vor dem Wettkampfvortrag kontrolliert und die Person wird gegebenenfalls vom Vortrag ausgeschlossen. Das Singen ist von dieser Regelung ausgenommen.

Das Tragen von Schmuck ist nicht gestattet, d.h. Schmuck ist entweder zu entfernen oder abzukleben.

## 2. Beschreibung der Disziplinen – nicht messbarer Bereich

### 2.1 TURNEN in der Gruppe

Die Gruppe turnt eine Bodenübung in einer selbst gewählten Bewegungsfolge und –Gestaltung. Es kann mit oder ohne Geräte geturnt werden.

Aus folgenden Geräten kann gewählt werden:

- Bis zu 2 große Kästen
- Bis zu 6 kleine Kästen
- Bis zu 2 Bänken

Eine Kombination aus mehreren verschiedenen Geräten ist möglich.

Die Gerätewünsche (Anzahl und Art) sind auf dem Meldebogen anzugeben.

Sollte eine Mannschaft einen Kasten mit einem halben Kastenteil benötigen, dann ist dies gesondert zu vermerken.

Allgemeines:

- Die Bodenübung sollte zwischen 2 und 4 Minuten lang sein.
- Die Wettkampffläche beträgt 12 m x 12 m.
- Die Kleidung muss eng anliegend und einheitlich sein.
- Wird der Vortrag durch Musik begleitet, so soll deutlich werden, dass das Turnen im Vordergrund steht und die Musik eine unterstützende Funktion hat.
- Bewertet werden die Gestaltung, die Schwierigkeit, die Ausführung und der rhythmische Gesamttablauf.
- Die Maximalpunktzahl beträgt 10 Punkte.

Folgende Schwierigkeiten dürfen im SGW mit und ohne Partner nicht geturnt werden:

- Salto/Wurfsalto
- Überschlag mit und ohne Flugphase vorwärts und rückwärts (z. B. Bogengang, Flickflack, Menichelli)
- Freies Rad
- Kopfkippe

Bereich	Anzahl Punkte
<b>1. Gestaltung</b> z. B. Formationsfiguren, Bewegungsformen, Bewegungsvielfalt, zeitlicher Aufbau, Kreativität	30
<b>2. Schwierigkeit</b> z. B. akrobatische und gymnastische Elemente, Verbindungen, Bewegungsbilder, Partnerelemente	20
<b>3. Ausführung</b> z. B. Technik und Haltung, Bewegungsweite und Dynamik	40
<b>4. Rhythmischer Gesamttablauf</b> z. B. Sicherheit der Choreografie, Gruppenrhythmus, Übereinstimmung mit der Musik, Harmonie und Synchronität	10

Die Summe der errechneten Punkte wird anschließend durch 10 geteilt. Von diesem Wert werden dann die Abzüge durch den/die OK vorgenommen.

## 1. Gestaltung

Durch die Art der Gestaltung soll deutlich werden, dass die Gruppenmitglieder zwingend miteinander verbunden oder aufeinander angewiesen sind. Die gesamte Wettkampffläche soll ausgenutzt werden.

- Formationsfiguren  
Unterschiedliche Aufstellungsformen in verschiedenen Raum- und Bewegungsrichtungen sind zu verwenden. Die Wettkampffläche und die Raumebenen sind auszunutzen. Mindestens sechs verschiedene Aufstellungsformen (z. B. Kreis, Block, Reihe) sollen erkennbar sein.
- Bewegungsformen  
Auf einen methodischen Aufbau und eine bewegungsmäßige Einheit ist zu achten. Die Verbindungen zwischen den Übungsteilen und Bewegungsbildern sollen harmonisch und abwechslungsreich sein.
- Bewegungsvielfalt  
Wichtig sind die Vielfalt von Turnbewegungen sowie eine geringe Wiederholungszahl von Übungselementen und Verbindungen. Die Gruppenmitglieder sind gleichwertig einzusetzen.
- Zeitlicher Aufbau  
Die Zeit soll sinnvoll durch Höhepunkte gegliedert sein. Dieses kann durch individuelle Darbietungen, Gemeinschaftliches, Schwierigkeiten und Dynamik erreicht werden. Stark an den Tanz angelehnte Passagen sollten vermieden werden. Es sollten keine Pausen entstehen.
- Kreativität

## 2. Schwierigkeit

Übungselemente müssen von mindestens der Hälfte der Gruppe gezeigt werden, um bei der Bewertung berücksichtigt zu werden. Werden sie in Partner- oder Gruppenformen geturnt, können sie den Schwierigkeitsgrad der Übung erhöhen.

- Akrobatische Elemente  
einfache Formen: z.B. Rolle vor- und rückwärts, Rad, Handstand  
schwierige Formen: z.B. Rolle rückwärts in den Handstand, Partnerübung, bei der die Turner zwingend aufeinander angewiesen sind
- Gymnastische Elemente  
einfache Formen: z.B. Streck sprung, Pferdchensprung  
schwierige Formen: z.B. 180-Grad-Drehung, Stand (drei Sekunden gehalten), Schersprung, Rehsprung
- Verbindungen  
einfache Formen: z.B. Rolle vorwärts, Streck sprung  
schwierige Formen: z.B. Rolle vorwärts, Streck sprung mit halber Drehung, Rolle rückwärts
- Bewegungsbilder  
Werden an unterschiedlichen Stellen dieselben Übungselemente in verschiedene Bewegungsrichtungen zeitgleich geturnt, so entstehen mehrdimensionale, komplexe Bewegungsbilder. An Bewegungsbildern sind immer alle Gruppenmitglieder beteiligt.

## 3. Ausführung

Die Gruppenmitglieder sollen nur das zeigen, was sie mit richtiger Turntechnik beherrschen. Die Gefährdung der eigenen Sicherheit oder Gesundheit muss ausgeschlossen sein!

- Technik und Haltung (sicheres Beherrschen und fehlerfreie Ausführung jedes Übungselementes)
- Bewegungsweite und Dynamik

## 4. Rhythmischer Gesamtablauf

Ein harmonischer Ablauf der gesamten Übungsfolge integriert die rhythmische Bewegungsfähigkeit eines jeden Einzelnen.

- Sicherheit in der Choreografie
- Gruppenrhythmus  
Die Gruppe soll eine Einheit in der rhythmischen Bewegungsfolge erkennen lassen, in der die Bewegungsrhythmen jedes Turnelementes sowie jedes einzelnen Turners integriert sind.
- Übereinstimmung mit der Musik  
Die Bewegungsfolge sollte in harmonischem Einklang zur Musik stehen; das hinter der Musik her hetzen oder ein langes Warten auf Einsätze in der Musik soll vermieden werden.

<b>Punktabzüge</b>	<b>Abzug</b>
Hilfen von außen, z.B. Einsatz, Taktangabe, Hilfestellung führen zu einem Abzug vom Endwert. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	1,00 Punkt
Das Zeigen von Schwierigkeiten, die nicht geturnt werden dürfen, führt zu einem Abzug vom Endwert. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	1,00 Punkt
Ein- oder mehrmaliges Verlassen der Wettkampffläche durch einzelne oder mehrere Gruppenmitglieder führt zu einem Abzug vom Endwert. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	0,10 bis 0,50 Punkte

## 2.2. GRUPPENGYMNASTIK mit Handgerät

Die Gruppe zeigt eine Gymnastikvorführung mit Handgerät in selbstgewählter Bewegungsfolge und Bewegungsgestaltung.

Neben den klassischen, wettkampfspezifischen Handgeräten (Reifen, Seil, Ball, Band, Keulen) sind auch alternative Handgeräte (z. B. Gymnastikstäbe) oder auch „Alternativgeräte“ (z.B. Staubwedel, Besen, Stühle, Eimer etc.) zugelassen. Es gelten die Bestimmungen der traditionellen Handgeräte.

Ersatzgeräte dürfen am Rand der Wettkampffläche gelagert werden – pro Seite ein Ersatzgerät – und bei Bedarf von den Gruppenmitgliedern ergriffen werden. Handgeräte dürfen den Gruppenmitgliedern von Außenstehenden nicht zugeworfen werden.

Die Kleidung muss enganliegend und einheitlich sein.

Wettkampffläche: 13x13m

Richtzeit: 2-4 Minuten.

Die Maximalpunktzahl beträgt 10,00 Punkte.

Punktabzüge	Abzug
Hilfen von außen, z.B. Anreichen, Zuwerfen, Zurollen von Handgeräten als auch Taktangabe von außen führen zu einem Abzug vom Endwert. Unvollständiges Antreten. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	1,00 Punkt
Ein- oder mehrmaliges Verlassen der Wettkampffläche durch einzelne oder mehrere Gruppenmitglieder führt zu einem Abzug vom Endwert. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	0,10 bis 0,50 Punkte

### Gruppengymnastik mit Handgerät

Zusammensetzung der Wertung	Höchstwertung
<b>1. Aufbau/Gestaltung</b> spezifische Verwendung des Handgeräts, räumliche und zeitliche Gestaltung, Verbindung der Bewegung mit Raumformen, Kreativität	30
<b>2. Schwierigkeitsgrad</b> der gewählten Übungselemente	10
<b>3. Ausführung der Übungselemente</b> Ausführung und Technik der gewählten Elemente durch die Gruppenmitglieder	40
<b>4. Rhythmischer Gesamtlauf</b>	20

#### 1. Aufbau/Gestaltung

Die Handgeräte sollen vielseitig (entsprechend ihrer Funktion) eingesetzt werden, dabei soll sowohl die rechte als auch die linke Hand genutzt werden. Durch ihre Eigenart sollen sie nicht nur den rhythmischen Ablauf der Übung unterstützen, sondern sie müssen auch spezifisch eingesetzt werden.

##### Spezifische Verwendung des Handgerätes

z.B. Ball: prellen, werfen, fangen, rollen, balancieren, ...

z.B. Reifen: schwingen, werfen, kreisen, rollen, rotieren, ...

##### Räumliche und zeitliche Gestaltung



Ausnutzung der Wettkampffläche, Vielfalt von Formationen und gymnastischen Bewegungsabläufen, sowie Geräteeinsatz und geringe Wiederholungszahl von Übungselementen.

Durch die Art des Gesamtablaufes soll deutlich werden, dass die Gruppenmitglieder zwingend aufeinander angewiesen sind. Alle Gruppenmitglieder sind gleichwertig einzusetzen.

## **2. Schwierigkeitsgrad**

Übungselemente müssen von mindestens der Hälfte der Gruppenmitglieder gezeigt werden. Dies gilt auch für den gleichmäßigen Einsatz bei der Wahl unterschiedlicher Handgeräte. Auch einfache Übungselemente können, in Partner- oder Gruppenform ausgeführt, als höhere Schwierigkeit angesehen werden.

einfachere Formen: z.B. gehen, laufen, hüpfen, federn, springen schwingen als Grundformen  
schwierigere Formen: z.B. zwei Sprünge ohne Zwischenschritt, Drehungen, Körperwellen, Spiralen, Balancen/Stände, Abwürfe der Handgeräte über eine große Weite

## **3. Ausführung der Übung**

Sicheres Beherrschen und fehlerfreie Ausführung jedes einzelnen Übungselements in Bezug auf Körper- und Gerätetechnik sowie Harmonie und Synchronität beim Agieren der Turnerinnen in Raum und Zeit und klar erkennbare Formationen.

Schwerpunkt Körpertechnik ( z. B. Spannung, Fußtechnik)

Ausstrahlung, Ausdruck und Darstellung der Gruppe

Harmonie und Synchronität

## **4. Rhythmischer Gesamtablauf**

Sicherheit in der Choreographie, Übereinstimmung mit der Musik.

## 2.3. SINGEN in der Gruppe

Die Gruppe singt gemeinsam ein Lied nach eigener Wahl, ein- oder mehrstimmig. Es dürfen auch mehrere Lieder gesungen werden, allerdings in der Weise, dass diese Lieder einen passende (gesungene, etwa Refrain artige, inhaltlich-thematische, dabei gegebenenfalls zu einem Tonwechsel hinführende) Überleitung haben. Bei Kindergruppen ist darauf zu achten, dass das gewählte Lied dem Alter der Gruppe entspricht.

Alle Gruppenmitglieder, die zum Liedvortrag antreten, müssen mitsingen.

Instrumentalbegleitung durch Gruppenmitglieder ist erlaubt. Dabei ist darauf zu achten, dass sie lediglich Unterstützung sein soll, nicht aber zum dominierenden Faktor werden darf. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Unterstützung durch technische Hilfsmittel (insbesondere Playback) und programmierbare Instrumentalbegleitung sind nicht erlaubt. Benötigte Instrumente sind selbst mitzubringen.

Verkleidung und (passende) Bewegung der Gruppe beim Singen sind erlaubt, werden aber nicht bewertet.

Das Ablesen von Texten und Noten, also jede Art von Zettel, sind beim Singen nicht gestattet.

Der Liedvortrag sollte 2-3 Minuten nicht überschreiten.

Die Maximalpunktzahl beträgt 10,00 Punkte.

Punktabzüge	Abzug
Hilfen von außen, z.B. Dirigieren, Mimik usw. führen zu einem Abzug vom Endwert. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	1,00 Punkt
Alle Gruppenmitglieder, die zum Liedvortrag antreten, müssen auch mitsingen. Wenn ein oder mehrere Gruppenmitglieder nicht mitsingen, weil sie z.B. ein Instrument spielen, wird ein Abzug vom Endwert vorgenommen. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	1,00 Punkt

### Singen in der Gruppe

Zusammensetzung der Wertung	Höchstwertung
<b>1. Gestaltung</b> Zyklen, Gestaltung, Soli, Rhythmusunterstützung, Dynamik, Kreativität	30
<b>2. Schwierigkeit</b> Melodie, Rhythmus, Tonumfang, Tonart- und Rhythmuswechsel, Mehrstimmigkeit	30
<b>3. Ausführung</b> Stimmigkeit, Tonhöhe, Tempo, Einsatz und Abschluss	30
<b>4. Textsicherheit und Aussprache</b>	10

#### 1. Gestaltung

Hierunter fällt all das, was die Gruppe aus der eigentlichen Grundform des Liedes macht z.B. Kanon, Soli, jegliche Art von Rhythmusunterstützung, (etwa Mouth-Percussion, Klatschen, Stampfen mit den Füßen), Aufteilung in Unterchöre, Dynamik (Variierung der Tonstärke), Agogik (Gestaltung des Tempos); Kreativität (kreative Umsetzung eigener Ideen in Bezug auf Texte, Kompositionen, Liedkombinationen und Vortragsweisen.

Wird ein Lied von Instrumenten begleitet, so darf es nicht höher bewertet werden, als ein Lied, das ohne Begleitinstrumente gesungen wird. Unstimmigkeiten zwischen Gesang und Begleitung führen zu Punktabzug.

#### 2. Schwierigkeit

Die Schwierigkeit ergibt sich aus Melodie und Rhythmus, Tonumfang, Tonart- sowie Rhythmuswechsel und Mehrstimmigkeit.

**3. Ausführung**

Stimmigkeit (saubere Ausführung der einzelnen Stimmen), Tonhöhe und Tempo sind die Kriterien dafür, inwieweit die Gruppe in der Lage ist, Schwierigkeit und Gestaltung im Vortrag entsprechend umzusetzen.

Ein Gruppenmitglied, das am Liedvortrag beteiligt ist, kann Einsatz und Abschluss des Liedes anzeigen und während des Liedvortrages dirigieren.

**4. Textsicherheit und Aussprache**

Ungenügende Textbeherrschung und undeutliche Aussprache führen zu Punktabzug.

## 2.4 TANZEN in der Gruppe

Die Gruppe tanzt gemeinsam einen Tanz nach eigener Wahl in Bezug auf Musik und Bewegungsabfolge. Die Musikauswahl kann aus allen Stilrichtungen getroffen werden, sollte aber kindgerecht sein.

Hilfen jeglicher Art von außen sind nicht erlaubt.

Eine zum Tanz passende Kostümierung ist gestattet, jedoch nicht Bestandteil der Bewertung.

Wettkampffläche: 13x13m

Richtzeit: 2-4 Minuten

Die Maximalpunktzahl beträgt 10,00 Punkte.

Punktabzüge	Abzug
Hilfen von außen, z.B. Einsatz, Taktangabe, Hilfestellung usw. führen zu einem Abzug vom Endwert. Unvollständiges Antreten. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	1,00 Punkte
Ein- oder mehrmaliges Verlassen der Wettkampffläche durch einzelne oder mehrere Gruppenmitglieder führt zu einem Abzug vom Endwert. Der Abzug erfolgt durch den Oberkampfrichter.	0,10 bis 0,50 Punkte

Zusammensetzung der Wertung	Höchstwertung
<b>1. Gestaltung</b> Formationsfiguren, Bewegungsformen, Bewegungsvielfalt, Kreativität	30
<b>2. Schwierigkeit</b> Schrittkombinationen, Drehungen, Sprünge, Balance-, Boden und Beweglichkeitselemente, Verbindungen, wechselnder Schnelligkeitsgrad, Partnerelemente...	10
<b>3. Ausführung</b> Tanztechnik, Harmonie und Synchronität, Beherrschung des Tanzes, Präsentation	40
<b>4. Umsetzung der Musik</b> Rhythmus, Melodie, Beat, Dynamik	20

### 1. Gestaltung

Vielfalt der Bewegungs- und Tanzschritte (geringe Wiederholungszahl), unterschiedliche Tanzformationen, Raum- und Bewegungsrichtungen, Gestaltung der Übergänge, Ausnutzung der Wettkampffläche.

Die Musik soll unter Einbeziehung von Tanzschritten (Grundsritten und Variationen, sowie Figuren, Tanzstil- und musiktypische Bewegungen) und Ganzkörperbewegungen (Einbeziehung des ganzen Körpers und der verschiedenen Bewegungsebenen) kreativ umgesetzt werden.

### 2. Schwierigkeit

Alle Tanzelemente müssen von mindestens der Hälfte der Gruppe gezeigt werden – Sprünge, Drehungen, Balance-, Boden-, Beweglichkeitselemente sowie deren Verbindungen und Partnerelemente.

Bewertet wird zudem der wechselnde Schnelligkeitsgrad von Tanzelementen z.B. fließender Wechsel von Bewegung und Stillstand sowie niedriges und hohes Tempo, Schrittkombinationen

### 3. Ausführung

Beherrschung und Präsentation des Tanzes durch die einzelnen Gruppenmitglieder.  
Ausführung/Technik – deutlich sichtbarer Bewegungsansatz, Körperhaltung, Beweglichkeit, Bein-/Fußarbeit, Armbewegungen  
Bewegungsbild – gleichmäßiges Agieren der Gruppe bezüglich Raum und Zeit, klar erkennbare Formationen, Harmonie und Synchronität.  
Ausdrucksfähigkeit, Ausstrahlung, Körpersprache

#### **4. Umsetzung der Musik**

Der Grundschlag des gewählten Musikstücks muss in Bewegungen umgesetzt werden, die dem Charakter des Musikstückes entsprechen. Darüber hinaus sollten rhythmische Varianten sichtbar werden.

### 3. Messbarer Bereich

#### 3.1. Medizinballweitwurf

Geworfen wird mit einem 800g oder 1000g Medizinball. Mindestdurchmesser des Balles muss 13cm betragen. Es starten genau 8 Teilnehmer/innen.

Der Ball muss beidhändig über den Kopf vor- oder rückwärts geworfen werden.

Hilfestellung ist nicht erlaubt. Wird der Abwurfballen von oben betreten oder übertreten, wird der Versuch ungültig und demnach nicht gewertet.

Jeder Teilnehmer oder jede Teilnehmerin hat zwei Versuche, der weiteste Wurf wird gewertet. Gemessen wird zentimetergenau und rechtwinklig zum Abwurfballen.

Jede Gruppe hat die Möglichkeit, ihre eigenen Bälle mitzubringen und den Wettkampf damit zu bestreiten. Die Bälle werden vor Wettkampfbeginn von der Wettkampfleitung gewogen.

Es dürfen keine Hilfsmittel (Harz, Pech) benutzt werden, Magnesiumcarbonat/Magnesia ist erlaubt.

Die Maximalpunktzahl beträgt 10,00 Punkte.

#### 3.2 Pendelstaffel 8x50m

Die Pendelstaffel wird je nach örtlichen Gegebenheiten auf der Laufbahn, Rasen- oder Hartplätzen gelaufen.

Es starten genau 8 Teilnehmer/innen.

Es können die vom Ausrichter gestellten oder eigenen Staffelstäbe benutzt werden.

Der Staffelstab muss in jedem Fall außen um die Wechselmarke herumgeführt werden.

Als Startkommando gilt „Auf die Plätze – fertig – los“.

Die Reihenfolge der Gruppenmitglieder innerhalb der Staffel kann von der Mannschaft selbst bestimmt werden. Sie ist vor dem Start bekannt zu geben.

Die Maximalpunktzahl beträgt 10,00 Punkte.

<b>Punktabzüge</b>	<b>Abzug</b>
Punktabzüge bei Wechselfehlern und Verlassen der Bahn	jeweils 0,50 Punkte
Fehlerhafte Stabübergabe bei heruntergefallenem Staffelstab	jeweils 0,50 Punkte
Unsportliches Verhalten der Mannschaften, Betreuer und Fans (Betreten der Bahn, Behinderung der Laufenden, Mitlaufen am Rand,...) Hilfe von außen	1,00 Punkte

### 3.3 Schwimmstaffel (Freistil) 8x50m

Die Schwimmstaffel wird je nach örtlichen Gegebenheiten in einem Hallen- oder Freibad, auf 25m- oder 50m-Bahnen geschwommen. Jedes Gruppenmitglied schwimmt 50 Meter.

Die Schwimmstaffel wird nur im Wettkampf SGW 14 angeboten.

Es starten genau 8 Teilnehmer/innen.

Die Reihenfolge der Gruppenmitglieder innerhalb der Staffel kann von der Mannschaft selbst bestimmt werden. Sie ist durch den/die Gruppenleiter/in vor dem Start bekannt zu geben.

Das Startkommando ist wie folgt: Langer Pfiff – Auf die Plätze – Kurzer Pfiff

Es ist eine Freistil-Staffel, ein Wechsel des Stils ist demnach jederzeit möglich.

Ein Start mit weniger als 8 Personen ist nicht erlaubt und führt zu einem Endwert von 0,00 Punkten.

<b>Fehler</b>	<b>Abzug</b>
Wechselfehler	Je 0,5 Punkte
Wendefehler	Je 0,5 Punkte
Verlassen der Bahn (Beim Ausstieg aus dem Wasser dürfen die Bahnen der anderen Gruppen nicht gekreuzt werden!)	Je 0,5 Punkte
Hilfen von nicht zur Gruppe gehörenden Personen (z.B. Mitlaufen am Beckenrand)	1,0 Punkte vom Endwert

## Wertungstabellen der messbaren Disziplinen – Medizinballweitwurf

M E D I Z I N B A L L W E I T W U R F	$\Sigma$ Meter	Punkte	$\Sigma$ Meter	Punkte	$\Sigma$ Meter	Punkte	$\Sigma$ Meter	Punkte
		30,00	0,00	34,38	2,50	47,85	5,05	69,90
	30,00	0,05	34,55	2,55	48,21	5,10	70,43	7,60
	30,01	0,10	34,73	2,60	48,57	5,15	70,97	7,65
	30,02	0,15	34,92	2,65	48,93	5,20	71,50	7,70
	30,03	0,20	35,10	2,70	49,29	5,25	72,04	7,75
	30,04	0,25	35,29	2,75	49,66	5,30	72,59	7,80
	30,06	0,30	35,49	2,80	50,04	5,35	73,14	7,85
	30,09	0,35	35,69	2,85	50,41	5,40	73,69	7,90
	30,11	0,40	35,89	2,90	50,79	5,45	74,24	7,95
	30,14	0,45	36,09	2,95	51,18	5,50	74,80	8,00
	30,18	0,50	36,30	3,00	51,56	5,55	75,36	8,05
	30,21	0,55	36,51	3,05	51,95	5,60	75,93	8,10
	30,25	0,60	36,73	3,10	52,35	5,65	76,50	8,15
	30,30	0,65	36,95	3,15	52,74	5,70	77,07	8,20
	30,34	0,70	37,17	3,20	53,14	5,75	77,64	8,25
	30,39	0,75	37,39	3,25	53,55	5,80	78,22	8,30
	30,45	0,80	37,62	3,30	53,96	5,85	78,81	8,35
	30,51	0,85	38,09	3,40	54,37	5,90	79,39	8,40
	30,57	0,90	38,33	3,45	54,78	5,95	79,98	8,45
	30,63	0,95	38,58	3,50	55,20	6,00	80,58	8,50
	30,70	1,00	38,82	3,55	55,62	6,05	81,17	8,55
	30,77	1,05	39,07	3,60	56,05	6,10	81,77	8,60
	30,85	1,10	39,33	3,65	56,48	6,15	82,38	8,65
	30,93	1,15	39,58	3,70	56,91	6,20	82,98	8,70
	31,01	1,20	39,84	3,75	57,34	6,25	83,59	8,75
	31,09	1,25	40,11	3,80	57,78	6,30	84,21	8,80
	31,18	1,30	40,38	3,85	58,23	6,35	84,83	8,85
	31,28	1,35	40,65	3,90	58,67	6,40	85,45	8,90
	31,37	1,40	40,92	3,95	59,12	6,45	86,07	8,95
	31,47	1,45	41,20	4,00	59,58	6,50	86,70	9,00
	31,58	1,50	41,48	4,05	60,03	6,55	87,33	9,05
	31,68	1,55	41,77	4,10	60,49	6,60	87,97	9,10
	31,79	1,60	42,06	4,15	60,96	6,65	88,61	9,15
	31,91	1,65	42,35	4,20	61,42	6,70	89,25	9,20
	32,02	1,70	42,64	4,25	61,89	6,75	89,89	9,25
	32,14	1,75	42,94	4,30	62,37	6,80	90,54	9,30
	32,27	1,80	43,25	4,35	62,85	6,85	91,20	9,35
	32,40	1,85	43,55	4,40	63,33	6,90	91,85	9,40
	32,53	1,90	43,86	4,45	63,81	6,95	92,51	9,45
	32,66	1,95	44,18	4,50	64,30	7,00	93,18	9,50
	32,80	2,00	44,49	4,55	64,79	7,05	93,84	9,55
	32,94	2,05	44,81	4,60	65,29	7,10	94,51	9,60
	33,09	2,10	45,14	4,65	65,79	7,15	95,19	9,65
	33,24	2,15	45,46	4,70	66,29	7,20	95,86	9,70
	33,39	2,20	45,79	4,75	66,79	7,25	96,54	9,75
	33,54	2,25	46,13	4,80	67,30	7,30	97,23	9,80
	33,70	2,30	46,47	4,85	67,82	7,35	97,92	9,85
	33,87	2,35	46,81	4,90	68,33	7,40	98,61	9,90
	34,03	2,40	47,15	4,95	68,85	7,45	99,30	9,95
	34,20	2,45	47,50	5,00	69,38	7,50	100,00	10,00



## Pendelstaffel SGW 8 x 50m

P E N D E L S T A F F E L  8 X 50m	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte	Sekunden	Punkte
	60,00	10,00	72,75	7,45	85,50	4,90	98,25	2,35
60,25	9,95	73,00	7,40	85,75	4,85	98,50	2,30	
60,50	9,90	73,25	7,35	86,00	4,80	98,75	2,25	
60,75	9,85	73,50	7,30	86,25	4,75	99,00	2,20	
61,00	9,80	73,75	7,25	86,50	4,70	99,25	2,15	
61,25	9,75	74,00	7,20	86,75	4,65	99,50	2,10	
61,50	9,70	74,25	7,15	87,00	4,60	99,75	2,05	
61,75	9,65	74,50	7,10	87,25	4,55	100,00	2,00	
62,00	9,60	74,75	7,05	87,50	4,50	100,25	1,95	
62,25	9,55	75,00	7,00	87,75	4,45	100,50	1,90	
62,50	9,50	75,25	6,95	88,00	4,40	100,75	1,85	
62,75	9,45	75,50	6,90	88,25	4,35	101,00	1,80	
63,00	9,40	75,75	6,85	88,50	4,30	101,25	1,75	
63,25	9,35	76,00	6,80	88,75	4,25	101,50	1,70	
63,50	9,30	76,25	6,75	89,00	4,20	101,75	1,65	
63,75	9,25	76,50	6,70	89,25	4,15	102,00	1,60	
64,00	9,20	76,75	6,65	89,50	4,10	102,25	1,55	
64,25	9,15	77,00	6,60	89,75	4,05	102,50	1,50	
64,50	9,10	77,25	6,55	90,00	4,00	102,75	1,45	
64,75	9,05	77,50	6,50	90,25	3,95	103,00	1,40	
65,00	9,00	77,75	6,45	90,50	3,90	103,25	1,35	
65,25	8,95	78,00	6,40	90,75	3,85	103,50	1,30	
65,50	8,90	78,25	6,35	91,00	3,80	103,75	1,25	
65,75	8,85	78,50	6,30	91,25	3,75	104,00	1,20	
66,00	8,80	78,75	6,25	91,50	3,70	104,25	1,15	
66,25	8,75	79,00	6,20	91,75	3,65	104,50	1,10	
66,50	8,70	79,25	6,15	92,00	3,60	104,75	1,05	
66,75	8,65	79,50	6,10	92,25	3,55	105,00	1,00	
67,00	8,60	79,75	6,05	92,50	3,50	105,25	0,95	
67,25	8,55	80,00	6,00	92,75	3,45	105,50	0,90	
67,50	8,50	80,25	5,95	93,00	3,40	105,75	0,85	
67,75	8,45	80,50	5,90	93,25	3,35	106,00	0,80	
68,00	8,40	80,75	5,85	93,50	3,30	106,25	0,75	
68,25	8,35	81,00	5,80	93,75	3,25	106,50	0,70	
68,50	8,30	81,25	5,75	94,00	3,20	106,75	0,65	
68,75	8,25	81,50	5,70	94,25	3,15	107,00	0,60	
69,00	8,20	81,75	5,65	94,50	3,10	107,25	0,55	
69,25	8,15	82,00	5,60	94,75	3,05	107,50	0,50	
69,50	8,10	82,25	5,55	95,00	3,00	107,75	0,45	
69,75	8,05	82,50	5,50	95,25	2,95	108,00	0,40	
70,00	8,00	82,75	5,45	95,50	2,90	108,25	0,35	
70,25	7,95	83,00	5,40	95,75	2,85	108,50	0,30	
70,50	7,90	83,25	5,35	96,00	2,80	108,75	0,25	
70,75	7,85	83,50	5,30	96,25	2,75	109,00	0,20	
71,00	7,80	83,75	5,25	96,50	2,70	109,25	0,15	
71,25	7,75	84,00	5,20	96,75	2,65	109,50	0,10	
71,50	7,70	84,25	5,15	97,00	2,60	109,75	0,05	
71,75	7,65	84,50	5,10	97,25	2,55	110,00	0,00	
72,00	7,60	84,75	5,05	97,50	2,50			
72,25	7,55	85,00	5,00	97,75	2,45			
72,50	7,50	85,25	4,95	98,00	2,40			