

TEAMSPORTTAG

15.11.2025 - TH WALTER GROPIUS

- AUSSCHREIBUNG -

- VERANSTALTER:** Stadtsportbund Dessau-Roßlau e.V.
- TERMIN:** Samstag, 15.11.2025, 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr
- ORT:** Turnhalle Walter Gropius Gymnasium
Peterholzstraße 58a, 06849 Dessau-Roßlau
- ANMELDUNG:** Anmeldeformular auf der Internetseite - **ANMELDESCHLUSS 01.11.2025**
<https://www.ssb-dessau.de/projekte/teamporttag>
Nachmeldungen vor Ort sind nur eingeschränkt bis 30 Minuten vor Beginn mgl.
- TEILNEHMER:** Mannschaften aus 4-6 Personen, Altersklassen Ü10, Ü18, Ü30, Ü60
alle Teilnehmer einer Mannschaft müssen in der selben Altersklasse sein, Ü10
Mannschaften benötigen eine volljährige Begleitperson
- ABLAUF:** AK Ü10 und Ü18 Beginn 10:00 Uhr
AK Ü30 und Ü60 Beginn 14:00 Uhr
30 Minuten vor Beginn stehen die Umkleieräume zur Verfügung
10 Minuten vor Beginn SPÄTESTENS Startbereitschaft erklären
Ablaufplan wird an der Meldestelle ausgegeben
an jeder Disziplin treten 4 Teilnehmer der Mannschaft an



Sachsen-Anhalt
**LANDESPORT
BUND**



TEAMSPORTTAG

15.11.2025 - TH WALTER GROPIUS

- DISZIPLINEN I -

TORWANDSCHIESSEN

- jeder TN hat 3 Schuss
- unterschiedliche Punktzahl je nach Treffer
- alle Punkte werden zusammengerechnet

STANDWEITSPRUNG

- 1 Probesprung je TN möglich
- jeder TN hat 2 Sprünge für die Wertung, der bessere Sprung wird gewertet
- nach Leistungskatalog DSA können 0 - 3 Punkte erreicht werden

SEILSPRINGEN

- kurzes Einspringen für alle TN (max. 2 Minuten)
- jeder TN hat 2 Versuche, der bessere Versuch wird gewertet
- pro 10 Durchschläge wird 1 Punkt vergeben, max. 10 Punkte pro TN

KRAFTÜBUNGEN

- Mannschaft wählt 2 TN aus, 1 TN macht Liegestütze, 1 TN macht Sit-Ups
- jeder TN hat 2 Versuche, der bessere Versuch wird gewertet
- pro 10 Wiederholungen wird 1 Punkt vergeben, max. 10 Punkte pro TN



Sachsen-Anhalt
**LANDESPORT
BUND**



TEAMSPORTTAG

15.11.2025 - TH WALTER GROPIUS

- DISZIPLINEN II -

KÖRBE WERFEN

- jeder TN hat 3 Würfe
- verschiedene Abwurfpositionen mit unterschiedlicher Schwierigkeit und Punkten
- getroffene Körbe werden gezählt und je nach Punktzahl addiert

TISCHTENNIS

- TN positionieren sich jeweils zu zweit auf einer Seite des Tisches, 2 Versuche
- der Ball wird über das Netz gespielt mit einem Aufsetzer auf der anderen Seite
- Anzahl der Ballwechsel wird gezählt, pro 5 Ballwechsel ein Punkt, max. 10 Punkte

BODENTURNEN

- mind. 2 TN müssen antreten und folgende Elemente korrekt ausführen:
 - Rolle vorwärts
 - Rolle rückwärts
 - Handstand (Ü10, Ü18) / Kopfstand (Ü30, Ü60)
 - Standwaage (mind. 3 Sekunden halten)
 - Radschlag (Ü10, Ü18) / Sprung mit Drehung (Ü30, Ü60)



Sachsen-Anhalt
**LANDESPORT
BUND**



TEAMSPORTTAG

15.11.2025 - TH WALTER GROPIUS

- DISZIPLINEN III -

MEDIZINBALL

- jeder TN hat 2 Versuche, der Bessere wird gewertet
- Aufstellung an der Grundlinie, Medizinball wird seitlich gestoßen oder über den Kopf in den Zielbereich geworfen
- nach Leistungskatalog DSA können 0 - 3 Punkte erreicht werden

HULA HOOP

- jeder TN hat 2 Versuche, der Bessere wird gewertet
- pro 20 Sekunden, wie der Reifen in Bewegung um die Hüfte gehalten wird gibt es einen Punkt
- max. 10 Punkte möglich, die zwei Besten TN werden gewertet

HINDERNISPARCOURS

- 4 TN pro Team, als Pendelstaffel, gegen eine andere Mannschaft
- vorgegebener Parcours wird absolviert
- die schnellere Mannschaft erhält 10 Punkte

Alle Punktzahlen werden zu einem Gesamtergebnis addiert



Sachsen-Anhalt
**LANDESPORT
BUND**

