

Rhythmische Sportgymnastik



Über die Sportart

- Rhythmische Sportgymnastik ist eine Kombination aus Ballett und Gymnastik. Sie verbindet Beweglichkeit mit Elementen aus Kunst, Tanz, Musik und Gymnastik.
- Bei Gruppenaufführungen ist Teamgeist gefragt.
- Geräte: Bälle, Reifen, Seile, Kegel und Bänder

Besonderheiten der Sportart bei Special Olympics

Bei Special Olympics Wettbewerben können in der Rhythmischen Sportgymnastik mittlerweile auch Männer antreten. Im Regelsport ist das nicht möglich. Darüber hinaus sind Teilnahmen an Unified Sports®-Teamwettbewerben explizit erwünscht. Es gibt verschiedene Wettbewerbslevel, die eine Spezialisierung ermöglichen und den Einstieg in die Sportart erleichtern. Für Sportlerinnen und Sportler, denen das Stehen nicht möglich ist, gibt es gesonderte Empfehlungen.

Informationen zum Regelwerk

Allen Regelwerken der Sportarten liegen Artikel 1 und die General Rules (offizielle Regelungen von Special Olympics International) zugrunde. Das vollständige Regelwerk von SOD, Informationen in Leichter Sprache sowie die sportartübergreifenden Regeln von SOI stehen über die folgenden Links zur Verfügung.

- ✓ **Regelwerk Rhythmische Sportgymnastik SOD**
- ✓ **Informationen in Leichter Sprache**
- ✓ **Artikel 1 [SOI]**
- ✓ **General Rules [SOI]**

Special Olympics International hat die Sportregeln für Rhythmische Sportgymnastik auf Grundlage des Regelwerks des internationalen Fachverbandes "**Fédération Internationale de Gymnastique [FIG]**" erstellt. Auf diese Weise können unsere Special Olympics Wettbewerbe in Rhythmischer Sportgymnastik nach weltweit gültigen allgemeinen Standards durchgeführt werden. Die Bestimmungen der FIG oder die des **Deutschen Turner-Bundes [DTB]** werden angewendet, es sei denn, sie stehen im Widerspruch zu den offiziellen Special Olympics Sportregeln für Rhythmische Sportgymnastik oder zu Artikel 1.



(Foto: SO Bayern)

Welche Level werden angeboten?

Level	National	International
Level A - männlich und weiblich, Einzel und Unified Paare	X	X
Level B - männlich und weiblich, Einzel und Unified Paare	X	X
Level C - männlich und weiblich, Einzel und Unified Paare	X	X
Level 1 - weiblich Einzel und Unified Paare	X	X
Level 2 - weiblich Einzel und Unified Paare	X	X
Level 3 - weiblich Einzel und Unified Paare	X	X
Level 4 - weiblich Einzel und Unified Paare	X	X

Die Disziplinen *(*in dieser Reihenfolge aufsteigender Schwierigkeitsgrad)*

Level A

- Seil - Reifen - Ball - Band - Mehrkampf - Unified Seil - Unified Reifen - Unified Ball - Unified Band - Unified Mehrkampf (Level A Übungen sind Pflichtübungen und werden im Sitzen durchgeführt.)

Level B

- Seil - Ball - Keulen - Band - Mehrkampf - Unified Seil - Unified Ball - Unified Keulen - Unified Band - Unified Mehrkampf (Level B Übungen sind Pflichtübungen und werden im Sitzen durchgeführt.)

Level C

- Seil - Reifen - Ball - Band - Mehrkampf - Unified Seil - Unified Reifen - Unified Ball - Unified Band - Unified Mehrkampf (Level C Übungen sind Pflichtübungen und werden im Stehen durchgeführt. Diese Übungen sind für leistungsschwächere Athleten konzipiert.)

Level 1

- Seil - Reifen - Ball - Band - Mehrkampf - Unified Seil - Unified Reifen - Unified Ball - Unified Band - Unified Mehrkampf

Level 2

- Seil - Reifen - Keulen - Band - Mehrkampf - Unified Seil - Unified Reifen - Unified Keulen - Unified Band - Unified Mehrkampf

Level 3

- Reifen - Ball - Keulen - Band - Mehrkampf - Unified Reifen - Unified Ball - Unified Keulen - Unified Band - Unified Mehrkampf

Leistungsklassen

- Seil - Ball - Keulen - Band - Mehrkampf - Unified Seil - Unified Ball - Unified Keulen - Unified Band - Unified Mehrkampf *(Anspruchsvollstes Level: Kürübungen mit selbst zusammengestellte Choreographie)*

Ansprechpartner

Special Olympics Deutschland e.V.

Laurent Oettershagen - Einzelsportarten

☎ +49 (0)30 246 252 - 43

✉ laurent.oettershagen@specialolympics.de

🌐 specialolympics.de/rhythmische-sportgymnastik