

2004/17

Name, Vorname:

Schule:

Gesamtpunkte:

	1	2	3	Kernübung	1	2	3	Kürübung(en)	Ausf. 0-3 Pkt.	Gesamt
Schwebebalken	Sprung in den Stütz Überspreizen in den Reitsitz	Hockwende Schwingen in den Reitsitz	Aufhocken Schwingen in den Reitsitz	Schwebesitz Aufrichten m. d. Stütz einer Hand, Gehschritte Pferdchensprung 2 Wechselsprünge Hocke	Spreizsprung mit ½ Drehung	Strecksprung mit Anhocken der Beine	Grätschwinkelsprung aus dem Seitstand			
Stufenbarren	Sprung i. d. Stütz am unteren Holm Überspreizen Schwebesitz	Sprung in den Langhang Aufhocken auf d. unteren Holm	Sprung in den Langhang, Überhocken, Liegehang	Felgaufschwung mit Aufsetzen eines Fußes auf den unteren Holm	Hohes Abspringen vom oberen Holm	Hohe Wende	Unterschwingung m. Aufsetzen eines Fußes			
Reck	Sprung in den Stütz Felgabzug	Felgaufschwung aus der Schrittstellung	Felgaufschwung aus der Schlußstellung	Felgumschwung (3 Pkt.) Überspreizen ½ Drehung im Stütz und Niedersprung (2 Pkt)	Unterschwingung aus d. Schrittstellung	Unterschwingung aus d. Schlußstellung	Unterschwingung aus d. Stütz	Übungen am Hochreck: plus 1 Grundpunkt		
Barren	Sprung in den Stütz Grätschsitz	Kippe aus d. Sturzhang in den Grätschsitz	Oberarmkipplage Oberarmkippe i. d. Grätschsitz	Vorschwingen in den Grätschsitz Einschwingen hinter den Händen	Kehre ¼ Drehung zum Gerät	Hockwende ¼ Drehung zum Gerät	Hockwende ½ Drehung zum Gerät	Übungen am Hochbarren: plus 1 Grundpunkt		
Boden	Rolle vw Strecksprung 1/1 Drehung	Rolle vw Grätschwinkelsprung	Flugrolle	Handstand abrollen	Strecksprung mit 1/1 Drehung	Rad	Radwende	Salto vw vom Minitramp: plus 1 Grundpunkt		
Sprung	(2) Bock (1,20m): Grätsche	(3) Querkasten: Aufhocken Strecksprung	(4) Querkasten: Hockwende	(5) Querkasten: Hocke	Kasten lang Grätsche: 6 Punkte Kasten lang Hocke: 7 Punkte Überschläge: 7 Punkte Sprünge Langpferd: 7 Punkte					