

Turnerische Elemente

Name:

Verein:

Jahrgang:

Block 1: Rolle & Rad

Element	Punkte	Bodenläufer (-0,5 Pkt)	Element übersprungen (-0,5 Pkt)	Minimalkriterium erfüllt ja/nein	B-Noten Abzug
Sprungrolle / Flugrolle	1				
Rolle rückwärts Handstand	1,5				
Radwende mit Strecksprung	2				

Block 2: Überschlagbewegungen

Element	Punkte	Bodenläufer (-0,5 Pkt)	Element übersprungen (-0,5 Pkt)	Minimalkriterium erfüllt ja/nein	B-Noten Abzug
Bogengang vorwärts	2				
HS-Überschlag Strecksprung	2,5				
Bogengang rückwärts	3				
Menicelli	3,5				
Flick-Flack mit Strecksprung	4				

Block 3: freie Überschlagbewegungen

Element	Punkte	Bodenläufer (-0,5 Pkt)	Element übersprungen (-0,5 Pkt)	Minimalkriterium erfüllt ja/nein	B-Noten Abzug
Freies Rad	4				
Seitsalto	4,5				
Freier Schrittüberschlag	5				
Salto rückwärts gehockt	6				
Spreizsalto rückwärts	7				

Block 4: Akro-Kombis

Element	Punkte	Bodenläufer (-0,5 Pkt)	Element übersprungen (-0,5 Pkt)	Minimalkriterium erfüllt ja/nein	B-Noten Abzug
Radwende + FlickFlack/Menicelli	5				
Radwende + Salto rw. gehockt	6				
Radwende + Salto rw gestreckt	6,5				
Radwende + Spreizsalto rw	7				

Punktzahl: _____

B-Note (10 – alle Abzüge: _____

Gesamtergebnis (Punktzahl + B-Note):