GERÄTETURNEN

Sprung

Grätsche	Hocke	Bücke	Radwende	Überschlag		
Kasten quer (4P) Kasten längs (6P)	Kasten quer (5P) Kasten längs (7P)	Kasten quer (6P) Kasten längs (8P)	Kasten quer (7P) Kasten längs (9P)	Kasten quer (8P) Kasten längs (10P)	Wertung B-Note	**Endwert**

Boden

Rolle vorwärts	Sprungrolle	beliebige Rolle rückwärts	Rad	einarmiges Rad	Handstand (auch flüchtig)	Handstand mit 1/2 Drehung	Sprung mit 1/1 Drehung	Kopfstand	Wechselschritt/ Scher-Pferdchensprung	beliebige Standwaage (2 sec.)	Spagat (2 sec.)	Radwende (Rondat)	Handstütz-Überschlag vw.	Flick-Flack	Salto vorwärts	Salto rückwärts	Wertung B-Note	**Endwert**
Gewertete Elemente																		

Reck

Sprung in den Stütz	Hüftaufschwung	Hüftumschwung vl. rw.	Hüftumschwung vl. vw.	Kippe (freie Wahl)	Kniehangab- und aufschwung	zweite Kippe (freie Wahl)	Hüftabschwung vl. vw.	Sitzumschwung	Spreizumschwung (Mühle)	Rückschwung aus dem Seitstütz vl.	Unterschwung	Hocke/Hockwende	Wertung B-Note	**Endwert**
Gewertete Elemente														

Barren

Sprung in den Stütz und Vorschwung	4 Schwünge (2x vor/+2x rück.)	Außenquersitz (auch flüchtig)	Vorschwung in den Grätschsitz	Oberarmkippe in den Grätschsitz	Winkelstütz (2 sec)	Grätschwinkelstütz (2 sec)	Oberarmstand (2 sec)	Rolle vw.	Kippe in den Stütz (freie Auswahl)	Schwungstemme vw.	Schwungstemme rw.	Handstand (flüchtig)	Kehre	Wende	Kreishocke	Salto	Wertung B-Note	**Endwert**
Gewertete Elemente																		

ENDWERTUNG

NOTE