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 Dreh.	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														

Balken

beliebiger Aufgang	Arabeske (2 sek.)	Pferdchensprung	Schersprung	Gymn. 1/2 Drehung	Streck/Hock/ Grätsch oder Bücksprung	Schrittsprung	Spagatsprung	Handstand (flüchtig)	einb. 1/1 Drehung	Standwaage (2 sek.)	Rad	Rolle vorwärts	Rolle rückwärts	Abgang: Radwende oder Überschlag	Abgang: Salto vw oder Salto rw	Wertung B-Note	**Endwert**
Gewertete Elemente																	

ENDWERTUNG

NOTE