

# Arbeits- und Prüfungsprotokoll Gerätturnen TURN 10 Mädchen

.....  
Name

| NR | Boden                          | Wahl | gültig | Reck                                      | Wahl | gültig | Balken  | Wahl | gültig | Sprung                                     | Wahl | gültig |
|----|--------------------------------|------|--------|---|------|--------|---|------|--------|--|------|--------|
| 1  | Rolle vw                       |      |        | Sprung i. d. Stütz/<br>Aufschwung         |      |        | Arabeske  |      |        | Aufknien und<br>Mutsprung                  |      |        |
| 2  | Wechselschritt/<br>Schersprung |      |        | Hüftabschwung vl.<br>vw.                  |      |        | Schersprung<br>gehockt                          |      |        | Hockwende<br>m./o.1/4 Drehung<br>zum Gerät |      |        |
| 3  | Kopfstand 2 sec.               |      |        | Kniehangab- u. -<br>aufschwung            |      |        | Gymnastische ½<br>Drehung                       |      |        | Aufhocken +<br>Strecksprung                |      |        |
| 4  | Rad                            |      |        | Mühle                                     |      |        | Streck/Hock oder<br>Grätschwinkelspr.           |      |        | Flanke                                     |      |        |
| 5  | Handstand                      |      |        | Rückschwung a.d.<br>Seitstütz (Niederspr. |      |        | Schrittsprung                                   |      |        | Grätsche                                   |      |        |
| 6  | Rolle rw.                      |      |        | Hüftumschwung<br>vl.vw.                   |      |        | Beliebiger Aufgang                              |      |        | Hocke                                      |      |        |
| 7  | Sprung 360°                    |      |        | Unterschwung                              |      |        | Flüchtiger<br>Handstand                         |      |        | Radwende                                   |      |        |
| 8  | Standwaage 2<br>sec.           |      |        | Hocke/Hockwende                           |      |        | Standwaage 2 sec.                               |      |        | Überschlag vw.                             |      |        |
| 9  | Radwende                       |      |        | Sitzumschwung<br>(Sitzwelle)              |      |        | Radwende  |      |        |  |      |        |
| 10 | Rolle rw. d<br>Handstand       |      |        | Spreizkippe                               |      |        | Rad   |      |        |  |      |        |
| 11 | Handstütz-<br>Überschlag vw.   |      |        | Hüftumschwung<br>vl.vw.                   |      |        | Schweizer Hand-<br>stand                        |      |        |  |      |        |
| 12 | Flick-Flack                    |      |        | Lauf- oder<br>Schwebekippe                |      |        | Sprung m. ½<br>Drehung                          |      |        |  |      |        |
| 13 | Handstand 1/1<br>Drehung       |      |        | Rückfallkippe                             |      |        | Rolle vw. o. rw.                                |      |        |  |      |        |
| 14 | Salto vw.                      |      |        | ½ Drehung im<br>Schwung                   |      |        | 1/1 Drehung um die<br>Längsachse<br>(Pirouette) |      |        |  |      |        |
| 15 | Salto rw.                      |      |        | Freie Felge                               |      |        | Salto vw.o.rw.o.<br>Überschlag vw<br>(Abg.)     |      |        |  |      |        |
|    | <b>A - Note</b>                |      |        |   |      |        |   |      |        |  |      |        |
|    | <b>B - Note</b>                |      |        |   |      |        |   |      |        |  |      |        |
|    | <b>Gesamtpunkte</b>            |      |        |   |      |        |   |      |        |  |      |        |