

MINITRAMPOLIN

Knaben + Mädchen

5./6.Gym, 3.DMS

- Überschlag über den Kasten längs
- Rondat über den Kasten längs
- Radwende mit 1/2 Schraube ausdrehen (Holländer) über den Kasten längs
- Salto vorwärts mit / ohne Schrauben
- Salto rückwärts: Sprung vom hohen Kasten/ oder aus Handstand (mit Federn) auf hohem Kasten
- Barani
- Hechtrolle mit Ganzkörperspannung

oder

- eigene Sprünge auf Niveau der C-Teile

Bewertung

Ein Sprung (2 Versuche) wird auf maximal **16** Punkte gewertet

Zwei verschiedene Sprünge (je 2 Versuche) werden auf maximal **20** Punkte gewertet