

Gerät: **RINGE**
 Elementkatalog: **OBERSTUFE**

	Schlecht	mangelhaft	ausreichend	gut	Sehr gut
Technik	0 - 0,5	1 - 1,5	2 - 2,5	3 - 3,5	4
Haltung	0 - 0,5	1 - 1,5	2 - 2,5	3 - 3,5	4
Dynamik	0	0,5	1	1,5	2



Mitschreibebblatt
 Entwickelt vom ÖTB Oberösterreich



Riege	WK-Nr.											A-Note	Technik	Haltung	Dynamik	B-Note	Abzüge (Stürze/An-Abgang)
		4 Schwünge	(Grätsch) Winkeltütz	Einkugeln	Schleudern	Stemme rw	Stemme vw.	Beugehstd. 2 Sek./Fl. Hstd.	Kippe	Salto vw./rw.	Zugst./Hangwaage rl. 2 Sek.						
Name	Gewertete Elemente										Punkte						
Übungsmitschrift:																	
Übungsmitschrift:																	
Übungsmitschrift:																	