

Gerät: **BODEN**
 Elementkatalog: **Masters**

	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.															
		Rolle vw./ Sprung-rolle	Wechsel hüpfen + Scher-sprung	Beliebig. Salto	Hand-stand	Rolle rw. /Schritt-sprung	Kopf-stand/ gym. 1/1 Dreh.	Stand-waage 2 Sek.	Rondat	Flic-Flac	Über-schlag	Rad/Ein-armiges Rad	Rolle rw. durch d. Hstd.	Sprung m. mind. 1/2 Dreh.	Hand-stand 1/2 Dr.	Sprung-rolle
Name	Gewertete Elemente															
Übungsmitschrift:															Grundwert (A):	
															Technik:	
															Haltung:	
															Dynamik:	
															Abzüge: (Stürze/An-/Abgänge)	
															ENDNOTE:	
Übungsmitschrift:															Grundwert (A):	
															Technik:	
															Haltung:	
															Dynamik:	
															Abzüge: (Stürze/An-/Abgänge)	
															ENDNOTE:	