

Gerät: **MINITRAMPOLIN**
 Elementkatalog: **BASISSTUFE**

	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.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	A-Note	Technik	Haltung	Dynamik	B-Note	Abzüge (Stürze/An-Abgang)
		Streck- sprung	Grätsch- sprung	Hock- sprung	Grätsch winkel	Bück- sprung	Streck- sprung 1/1	Freie Rad- wende	Salto vw. geh.	Salto geb./ gestr	Salto geh./ geb. + 1/2						
Name		Gezeigter Sprung										Punkte					
<i>Absprung</i>		<i>Höhe</i>					<i>Körperposition</i>					<i>Landung</i>					
<i>Absprung</i>		<i>Höhe</i>					<i>Körperposition</i>					<i>Landung</i>					
<i>Absprung</i>		<i>Höhe</i>					<i>Körperposition</i>					<i>Landung</i>					
<i>Absprung</i>		<i>Höhe</i>					<i>Körperposition</i>					<i>Landung</i>					
<i>Absprung</i>		<i>Höhe</i>					<i>Körperposition</i>					<i>Landung</i>					