

Gerät: **MINITRAMPOLIN**  
 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.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	A-Note	Technik	Haltung	Dynamik	B-Note	Abzüge (Stürze/An-Abgang)
		Hock-sprung	Grätsch-winkel	Bück-sprung	Streck-sprung 1/1	Freie Rad-wende	Salto vw. geh.	Salto geb./ gestr.	Salto geh/ geb. mit 1/2	Salto vw. mit 1/1 Dre-hung	Salto ≥ 3/2 Dre-hung						
<b>Name</b>		<b>Gezeigter Sprung</b>										<b>Punkte</b>					
<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>					