

Geräte – Pflicht – Übungen:

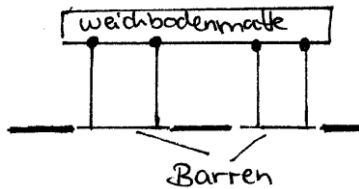
Jugend	Geräte weiblich	Geräte männlich
Jugend E P1- P2	Balken und Boden	Boden und Sprung
Jugend D P2- P3	Reck und Sprung	Barren und Sprung
Jugend C P3- P4	Boden und Reck	Barren und Reck

Ungenormte Übungen: für weiblich und männlich gleich !

Jugend E

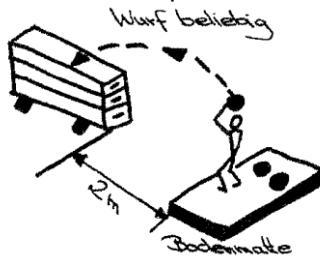
Nr. 1 Geräteburg

Ab dem Start läuft die Mannschaft los hilft sich gegenseitig beim hochklettern ohne die Holme zu berühren (Mannschaftsleistung!!). Zeitmessung endet, sobald sich alle auf der Weichbodenmatte befinden. Vom Start bis zur Geräteburg sind es 10 Meter. Holmenhöhe: 1,40m.



Nr. 2 Zielwurf

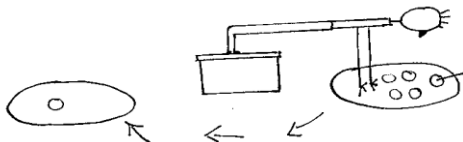
Jedes der 4 Kinder versucht 3 Gymnastikbälle in den 4-teiligen offenen Kasten zu werfen. Jeder hat 3 Würfe. Gesamtpunkte zählen.



Jugend D und C

Nr. 1- Bierdeckelspiel:

Jedes Kind muss so viele Bierdeckel wie möglich von dem einen Reifen in den anderen Reifen transportieren. Dabei befindet sich das Kind in Liegestützposition mit den Füßen auf dem Kasten und stützt mit den Händen (+Deckel) einen Halbkreis entlang bis zum anderen Reifen und legt dort den Bierdeckel ab. Dabei muss mindestens eine Hand im Reifen sein. Der Bierdeckel darf nicht geworfen werden. Jedes Kind hat 30 Sekunden Zeit. Gesamtanzahl zählt!



Nr. 2 – Teambalance:

Je 2 Kinder stehen auf einer umgedrehten Bank. Eines läuft vorwärts, das andere rückwärts, während zwischen ihren Köpfen ein Ball geklemmt ist. Auf diese Weise wird der Ball ans Bankende transportiert. Dort angekommen wechselt das Team. Fällt der Ball unterwegs runter, wird er an dieser Stelle neu eingeklemmt. Das Spiel endet, wenn Team 2 das Bankende erreicht hat. Gesamtzeit zählt!

