

P-Programm Rolle rw/Felgrolle - Regelungen für den STB

Stand 07/08

Rolle rw.

Übung Seite Senken Bewegung Position senken der Beine erlaubt ist

P3/2	115	gehockt	Rolle	Handstütz	geschlossen	
P4/3	118	beliebig	Rolle	hoher Hockstütz	geschlossen gehockt	Felgbewegung
P5/5	121	beliebig	Rolle	hoher Handstütz	gestreckt geschlossen	Felgbewegung Handstand
P6/2	123	beliebig	Rolle - Felgrolle erlaubt	hoher Hockstütz - kein Handstand	geschlossen gehockt	Felgrolle - Handstand
P7/2	127	gestreckt	Felgrolle	durch den Handstand	Spreizen	in den Handstand
P8/5	134	gestreckt	Felgrolle	Handstand	Spreizen	
P9/8	140	gestreckt	Felgrolle mit offener Drehung	Handstand	Spreizen	

sind die Kriterien im dicken Rahmen erfüllt - ist das Element optimal erfüllt (volle Punktzahl) keine Nachteile gegenüber denen die über die Kriterien turnen!!!!

Das Kriterium geschlossenen bzw. gespreizten Beine muss erfüllt werden.