

Pflichtelemente **Geräteturnen**

Dein neues Hobby, **Geräteturnen**...was du alles können solltest. Hier findest du alle Pflichtelemente.

«Astirne»



Briefmarke



Spagat rechtes Bein oder linkes Bein vorne



Brücke



C-Plus



C- Minus



Liegestützposition halten



Klimmzugposition halten



Winkelstütz halten



Liegestützen



Kopfstand



Handstand an der Wand



Beine heben an der Sprossenwand

