

VNr.

Riege:

Startnummer	
Name, Vorname	<input style="width: 95%; height: 30px;" type="text"/>
Verein	<input style="width: 95%; height: 30px;" type="text"/>
Jahrgang	<input style="width: 95%; height: 30px;" type="text"/>

Power-6-Kampf:

	Jg 10/09	Jg 08/07	Jg 06/05	Jg 04/03	ab Jg. 02
Jungen WK :	3	4	5	6	7
Mädchen WK :	8	9	10	11	12

Mit Textmarker Wettkampfnummer markieren!

Turnen	Bodenturnen	Punkte
1P.	Strecksprung Rückenschaukel Nachstellsprung 2 Schritte Ballengang	
2P.	Hocksprung Strecksprung mit ½ Drehung	
3P.	Rolle vw Pferdchensprung	
4P.	Rad Handstand Pferdchensprung mit ½ Dr. Rolle rw Strecksprung mit 1/1 Drehung	
5P.	Radwende Handstandabrollen Rolle rw durch den Handstand	
6P.	Handstandüberschlag	
Mit Textmarker 3 Elemente markieren! (Kann auch noch vor Beginn der Übung mitgeteilt werden)		Leistung (Gesamtpunktzahl)

Geschwindigkeit		Leistung
Lauf 50m	Sekunden:	
Lauf 75m	Sekunden:	
10 Meter Rolle vw. auf Zeit	Sekunden:	
10 Meter Rad auf Zeit	Sekunden:	

Mit Textmarker 2 Disziplinen markieren! (1xLauf, 1x10Meter)

Kraft		Leistung
Seilspringen	30 Sekunden	Anzahl:
Hockwenden (Langbank)	30 Sekunden	Anzahl:
Halten auf Zeit		Sekunden: