

11.4 ÜBUNGSAUSWAHL DER KLASSENSTUFE 3 UND 4

Wettbewerbskarte im Turnen

Geburtsjahrgang: _____
 Klasse/Gruppe | Riege: _____
 Datum: _____
 Land: _____
 Ort/PLZ: _____
 ggf. andere Ausrichter: _____

Name und Vorname: _____
 Anzahl der gelungenen Übungen: _____

Teilnahmeurkunde
 Siegerurkunde
 Ehrenurkunde

Aufgabenbereich	Übung 1	Übung 2
1. Rollen/Gehen/Rutschen	Balance: Erreiche das Ziel ohne umzukippen oder herunter zu rutschen.	Sondertransport: Fahre im Slalom um die Hütchen, hebe einen der Gegenstände auf und fahre damit im Slalom wieder zurück. Zum Anschieben darfst du nur deine Hände benutzen. Der Gegenstand darf nicht den Boden berühren.
2. Sinne	Drück mich: Fühle, was im Beutel ist.	Duft-Quiz: Rieche, was in den Behältern ist.
3. Handgeräte	Bandwurm: Finde drei verschiedene Möglichkeiten das Band zu bewegen.	Fang mich: Fange den Ball.
4. Teamarbeit	Pferd & Kutscher: Zieht euch gegenseitig um die Hütchen.	Magnet: Fahrt/Geht gemeinsam im Slalom durch den Parkour hin und wieder zurück.
5. Rhythmus	Rhythmusprellen: Prella den Ball im Rhythmus der Musik.	Das Karussell: Dreht das Schwungtuch-Karussell mit dem Spruch zuerst langsam und dann schnell.
6. Hängen/Stützen/Springen	Kranfahren: Schwinge mit dem Ball auf die andere Seite.	Kraftakt: Halte dich an den Tauen fest und überdrehe dich rückwärts und vorwärts/ziehe dich hoch.
7. Turn- und Zirkuskünste	Reifenzwirbel: Bewege dich mit dem Reifen, zwirble den Reifen und fange ihn auf, bevor er umfällt.	Jonglage: Jongliere mit den Tüchern.