

11.5 ÜBUNGSAUSWAHL DER KLASSENSTUFE 5 UND 6

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	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.	Seiltanz: Bewege dich rückwärts über das Seil von einem Ende zum anderen.
2. Sinne	Duft-Quiz: Rieche, was in den Behältern ist.	Ballkonzert: Erkenne, um welchen Ball es sich handelt.
3. Handgeräte	Fang mich: Fange den Ball.	Zielwasser getrunken? Triff zwei Mal in einen Gymnastikreifen. Du hast vier Würfe.
4. Teamarbeit	Magnet: Fahrt/Geht gemeinsam im Slalom durch den Parkour hin und wieder zurück.	Faxgerät: Errate, welches Symbol dir auf den Rücken gemalt wird.
5. Rhythmus	Das Karussell: Dreht das Schwungtuch-Karussell mit dem Spruch zuerst langsam und dann schnell.	Tanz mit: Drehe dich zur Musik im Kreis oder tanze den V-Schritt.
6. Hängen/Stützen/Springen	Kraftakt: Halte dich an den Tauen fest und überdrehe dich rückwärts und vorwärts/ziehe dich hoch.	Gummistiefel/Sombrero-Lift: Stütze dich mit den Gummistiefeln an den Füßen durch die Holmengasse. Du darfst einmal Pause machen./ Hebe den Hut hoch.
7. Turn- und Zirkuskünste	Jonglage: Jongliere mit den Tüchern.	Ballrolle: Wirf den Ball hoch, mache eine Rolle/rolle nach vorne und fange den Ball, nachdem er einmal aufgesprungen ist, wieder auf.