

Aufnahmekriterien Sport-HAK Turnen

Boden: Rolle vorwärts, Rad, Standwaage, Handstand

Reck: Hüftaufschwung, Knieab- Knieauf, Rückschwung in den Stand, Unterschwingung

Sprung: Aufhocken- Strecksprung, Durchhocken

Trampolin: Grätschwinkelsprung, Hocksprung

Geturnt wird nach den offiziellen Turn 10 Kriterien.

Diese findest du auf folgender Website: www.turn10.at