

Turnen: Trampolin (Niveaus ABC)

Trampolin ist ein Test zum Überprüfen, ob die Schülerinnen in der Lage sind, eine Übungsfolge auf dem Trampolin zu turnen, wobei verschiedene Sprungelemente integriert werden.

Niveau A: Aus dem Elementenkatalog soll eine Übung mit sechs Elementen geturnt werden, eins davon schwierig. Zwischensprünge sind erlaubt. Die Übung darf mit Hilfe geturnt werden.

Niveau B: Aus dem Elementenkatalog soll eine Übung mit mindestens sechs Elementen, drei davon schwierig, geturnt werden. Zwischensprünge sind erlaubt.

Niveau C: Aus dem Elementenkatalog soll eine Übung mit mindestens sechs Elementen, drei davon schwierig und aus unterschiedlichen Bewegungsformen, ohne Hilfe geturnt werden.

[Trampolin \(Niveaus ABC\)](#) (pdf)

[Trampolin \(Niveau A\): Beurteilungsbogen](#) (xls)

[Trampolin \(Niveau BC\): Beurteilungsbogen](#) (xls)

Allgemeine Hinweise

Kompetenzen werden durch die Angabe von drei Niveaus gemessen. Dabei kann Niveau A von fast allen, Niveau B vom Durchschnitt und Niveau C von den besten Schülerinnen und Schülern erreicht werden.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO