

Turnen/Geräteturnen: Technik-Elemente mit Video-Anleitungen üben

Eine Auswahl Videos verschiedener Elemente an den Geräten Boden, Sprung, Schulstufenbarren, Barren, Reck und Schaukelringe soll die Trainingsarbeit der Leiterpersonen unterstützen.



Die Videos sind im Zusammenhang mit der J+S-Broschüre «Turnen – Geräteturnen» erstellt worden.

Jedes Element wird mit einem Technikbeschreibung und mindestens einem Video zur Verfügung gestellt.

Dabei handelt es sich um die Aufbauformen oder um das Endelemente (mit oder ohne Hilfe).

- [Boden](#)
- [Sprung](#)
- [Schulstufenbarren](#)
- [Barren](#)
- [Reck](#)
- [Schaukelringe](#)

Quelle: Harder, C., Vils-Harnischberg, S. (2016). Turnen: Geräteturnen. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO