

Elementwertigkeiten LK4

TE	NE	A	B	C	D und höher
0	0,3	0,5	0,7	0,9	1,1

Anzahl Elemente: 4/5 + Abgang Bedeutet: Abzug erst wenn weniger als 4+Abgang. Zählende Teile bis zu 5 +Abgang

Elementgruppen oder andere Anforderungen: keine

Elemente laut CdP mit dem aktuellen Wert CdP 2025

NE-Teile, siehe Liste NE-Teile www.Kari-Turnen.de

TE-Teile: Turnerische Elemente, die mal im CdP standen oder in einer Pflichtübung stehen

Beispielelemente

TE	Rolle vorwärts
TE	Rolle rückwärts
TE	Strecksprung mit 1/2 Drehung
TE	Liegestütz rücklings mit halber Drehung
TE	Liegestütz
TE	Anhocken aus dem Liegestütz
TE	Strecksprung

Beispielübungen

Element	Einstufung	Wert in LK4		Anforderungen/Bemerkungen		
Rolle vorwärts	TE	0				
Strecksprung mit 1/2 Drehung	TE	0				
Rolle rückwärts	TE	0				
Liegestütz	TE	0				
a.d. Lst. Anhocken	TE	0				
Strecksprung	TE	0				
	Summe	0	10,0	Ausgangswert		

Element	Einstufung	Wert in LK4		Anforderungen/Bemerkungen		
Handstandabrollen	NE	0,3				
Rad	NE	0,3				
Rolle rückwärts	TE	0				
Standwaage	A	0,5				
Radwende	NE	0,3				
Srecksprung	TE	0				
	Summe	1,4	11,4	Ausgangswert		

Element	Einstufung	Wert in LK4		Anforderungen/Bemerkungen		
Handstandabrollen	NE	0,3				
Sprung in den Liegestütz	NE	0,3				
Schweizer	B	0,8				
Standwaage	A	0,5				
Radwende	NE	0,3				
Flick-Flack	A	0,5				
Strecksprung	TE	0				
	Summe	2,7	12,7	Ausgangswert		