

Aufgabenkarten Flippi & Flaps

Mitmach-Programm des Deutschen Sportakrobatik Bundes DSAB

	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte	Erreichte Punkte
A				
B				
C			 oder 	
D				
E				
F		1/2 Drehung (180°) 	1 Drehung (360°) 	
Gesammelte Punkte	6 - 9 Punkte = Bronze 10 -15 Punkte = Silber 16 -18 Punkte = Gold			

G	Mittelspagat oder Grätschszit 	Mittelspagat oder Seitspagat 	Brücke 	
H	Handstand Rolle vorwärts 	Rolle rückwärts 	Kopfstand oder Standwaage 	
I	Rad 	2 Räder in unmittelbarer Folge 	Radwende 	
Gesammelte Punkte	9 - 14 Punkte = Bronze 15-20 Punkte = Silber 21-27 Punkte = Gold			