



So funktioniert Akro4Kids:
Überall wo du Sportakrobatik lernen kannst (z.B. in Schulen oder in Vereinen), kannst du auch das **Akro4Kids-Abzeichen** ablegen.
Weiters kannst du an **Akro4Kids-Wettkämpfen** teilnehmen, die von Schulen und/oder Vereinen veranstaltet werden. Wir wünschen dir viel Spaß beim Erlernen der Akrobatik-Elemente!
Dein **Akro4Kids-Team**.

Das **Akro4Kids-Abzeichen**: Das leichteste Element bestimmt dein Leistungsniveau: **BRONZE, SILBER** oder vielleicht sogar **GOLD**.

2 Elemente Balance (B)
2 Elemente Tempo (T)

Kombi-Übung: je ein Element Balance (B), Tempo (T), Individual Eins (E), Individual Zwei (Z)

Der Akro4Kids-Wettkampf: Anforderungen

Balance	Bronze	Silber	Gold	Top Gold
2 Elemente aus	B1 - B5	B6 - B10	B11 - B15	B11 - B15

Tempo	Bronze	Silber	Gold	Top Gold
2 Elemente aus	T1 - T5	T6 - T10	T11 - T15	T11 - T15

Kombi-Übung	Bronze	Silber	Gold	Top Gold
Je 1 Element aus B, T, E, Z	1-5	6-10	11-15	11-15
Je 2 Elemente aus B, T, E, Z Pflicht				11-15

Pflichtanforderung:

Optional:
Weitere Elemente können bis zu max. Anzahl aus allen Stufen ausgewählt werden.

max. Elemente	Bronze	Silber	Gold	Top Gold
max. Elemente	8	9	10	10
max. Punkte	8	15	22	30

Individualelemente E und Z: die Partner turnen die gleichen Elemente, EINMAL darf EIN Partner ein anderes Element turnen. Jedes Element darf nur einmal geturnt werden.

Paare				
B1 Rückenkerze	B2 Wächter	B3 Liegestütz	B4 Gesperrter Kopfstand	B5 Tisch-Wächter
B6 Schulterstand	B7 Oberschenkelstand	B8 Gallionsfigur	B9 Tischstütz	B10 oder Hochsitz
B11 oder Flieger oder Stütz	B12 Stand auf den Schultern frei	B13 Samson	B14 Schulterstand frei	B15 Kniehandstand
T1 beide Bocksprung	T2 Durchhocken	T3 Jump over	T4 2x vw Partnerrolle	T5 Drüberhocken
T6 Partnerwiege	T7 Rückenrolle	T8 2x vw - 1x rw Panzerrolle	T9 Coupe Strecksprung	T10 Hüftsprung
T11 180° Coupe halbe Dreh.	T12 Fliegerüberschlag	T13 Coupe Salto rw	T14 Schnepper	T15 Stützsalto
E1 (Grätsch-)Rolle vw	E2 Rolle rw (in den Grätschstand)	E3 Vorwärtsbeuge 2°	E4 Kopfstand 2°	E5 Brücke 2° oder Kerze 2°
E6 Sprungrolle	E7 Rad (auch einarmig)	E8 Rolle rw in Liegestütz	E9 Bogen vw oder rw	E10 Handstand 2° (1/2 Drehung)
E11 Rondat	E12 Rolle rw durch den Handstand (flüchtig)	E13 Handstütz-überschlag vw oder rw	E14 freies Rad	E15 Salto vw oder rw
Z1 Pferdchenhüpfer oder Schrittsprung	Z2 Hock- o. Grätschsprung	Z3 Strecksprung	Z4 Kniestandwaage 2°	Z5 Einbeinstand 2°
Z6 Schersprung oder Spagat 2°	Z7 Pferdchenhüpfer mit 1/2 Drehung	Z8 Strecksprung mit 1/2 Drehung	Z9 Standwaage 2° (beliebig)	Z10 Brücke einbeinig 2° (Spielbein senkr.) od. Hockhandstand 2°
Z11 Pferdchenhüpfer mit 1/1 Drehung	Z12 Krokodil 2° oder Spagatsprung	Z13 Baumstamm (Handstand in Liegestütz rückl)	Z14 Stützwaaage 2° od. Grätschwinkelsprung	Z15 einbeinige 1/1 Drehung oder Strecksprung mit 1/1 Drehung

Trio				
B1 Gallionskopfstand	B2 Liegestütz	B3 Gallionsfigur frei	B4 Standpyramide	B5 Rücken-Handstand
B6 gestützter Flieger	B7 Gallionshandstand	B8 Kniehandstand	B9 oder Stütz	B10 Schulterstand
B11 Doppelflieger	B12 Hoher Stütz	B13 Gallionshandstand gestützt	B14 Gallionsstandwaage	B15 Hexenkessel
T1 Unterstützter Strecksprung	T2 Bauchfleck	T3 Sitzkarree	T4 Schaukel	T5 Karree Strecksprung
T6 Coupe Strecksprung	T7 3/4 Salto rw	T8 Wiege - Wiege	T9 Rondat-Wiege	T10 Karree Strecksprung 360°
T11 Flieger - Wiege	T12 Sitzsalto	T13 Schaukel - Wiege	T14 Salto vw o. rw Karree Salto	T15 Schraube 360°
E1 (Grätsch-)Rolle vw	E2 Rolle rw (in den Grätschstand)	E3 Vorwärtsbeuge	E4 Kopfstand 2°	E5 Brücke 2° oder Kerze 2°
E6 Sprungrolle	E7 Rad (auch einarmig)	E8 Rolle rw in Liegestütz	E9 Bogen vw oder rw	E10 Handstand 2° (1/2 Drehung)
E11 Rondat	E12 Rolle rw durch den Handstand (flüchtig)	E13 Handstütz-überschlag vw oder rw	E14 freies Rad	E15 Salto vw oder rw
Z1 Pferdchenhüpfer oder Schrittsprung	Z2 Hock- o. Grätschsprung	Z3 Strecksprung	Z4 Kniestandwaage 2°	Z5 Einbeinstand 2°
Z6 Schersprung oder Spagat 2°	Z7 Pferdchenhüpfer mit 1/2 Drehung	Z8 Strecksprung mit 1/2 Drehung	Z9 Standwaage 2° (beliebig)	Z10 Brücke einbeinig 2° (Spielbein senkr.) od. Hockhandstand 2°
Z11 Pferdchenhüpfer mit 1/1 Drehung	Z12 Krokodil 2° oder Spagatsprung	Z13 Baumstamm (Handstand in Liegestütz rückl)	Z14 Stützwaaage 2° od. Grätschwinkelsprung	Z15 einbeinige 1/1 Drehung oder Strecksprung mit 1/1 Drehung

