

37. Schwingen durch die Mitte im Streckhang mit halber Drehung.

38. Stand in der untersten Sprosse, Arme und Füsse seitwärts gestreckt.

39. Dasselbe, die Arme kreuzt und die Arme seitwärts gestreckt.

# Inhalt:

Seite

Reck . . . . .	5
Recksprünge  . . . . .	10
Schaukelreck . . . . .	11
Barren . . . . .	14
Barrensprünge . . . . .	18
Springen: Weitspringen . . . . .	20
Hochspringen . . . . .	21
Tiefspringen . . . . .	22
Sturmspringen . . . . .	23
Stabspringen . . . . .	23
Bock . . . . .	25
Pferd: Seitensprünge . . . . .	27
Gesellschaftssprünge . . . . .	30
Hintersprünge . . . . .	34
Seitensprünge mit vorgestelltem Bock . . . . .	38
Senkrechte Leiter . . . . .	40
Schräge Leiter . . . . .	42
Wagrechte Leiter . . . . .	44
Schaukelringe . . . . .	46
Klettern: Einfache Stange oder Seil . . . . .	50
Doppelstange resp. Doppelseil . . . . .	51
Doppelte Lehnstangen . . . . .	52
Schrägbaum . . . . .	53
Schwebebaum . . . . .	54
Rundlauf . . . . .	57

