

Vorwort

Durch die enorme Entwicklung des Geräteturnens in den letzten 20 Jahren haben wir im Jahr 2004 eine neue Turnsprache erarbeitet. Diese soll Ausbildnern, Leitern und Wertungsrichtern helfen, die Technik der Elemente zu vermitteln oder zu beurteilen. Sie soll die Basis für das Einzel- wie auch für das Vereinsturnen sein. Dieses Buch gehört in die Reihe der Weisungen Einzelgeräteturnen Turnerinnen und Turner 2006 und der dazugehörigen Einstufungstabelle des Schweizerischen Turnverbandes (STV) und ergänzt die aktuellen Lehrmittel des Geräteturnens des Bundesamts für Sport in Magglingen. Der Inhalt der Turnsprache ist auf die Einstufungstabelle Ausgabe 01/2008 abgestimmt.

Die Bilder zeigen Elemente, die im modernen Geräteturnen geturnt werden, mit den dazugehörigen Bezeichnungen. Sie kommen der technisch optimalen Ausführung möglichst nahe, enthalten die notwendigen Kernposen und die geforderten Endlagen. In dieser Ausgabe haben wir einige Zeichnungen etwas angepasst und neu eingestufte Elemente aufgenommen. Insbesondere wurde der Schulstufenbarren integriert.

Da die Technik im Geräteturnen für Männer und Frauen die Selbe ist, wurde darauf verzichtet, die Elemente nach diesem Kriterium zu unterscheiden; die Auswahl, ob ein Mann oder eine Frau gezeichnet wurde, ist also rein zufällig und hat nichts mit der Schwierigkeit des Elementes oder den Gewohnheiten zu tun.

Die Turnsprache wurde durch die Fachgruppe Ausbildung/Technik des Ressorts Geräteturnen des Schweizerischen Turnverbandes erarbeitet.

Wir sind überzeugt, dass dieses Buch einen grossen Beitrag zur Weiterentwicklung des Geräteturnens leisten wird.

Wir wünschen viel Erfolg dabei!

Schweizerischer Turnverband, Ressort Geräteturnen, Fachgruppe Ausbildung/Technik

Préface

Au vu de l'énorme développement de la gymnastique aux agrès ces 20 dernières années, une nouvelle terminologie a été élaborée en 2004. Elle a pour but de faciliter aux formateurs, moniteurs et juges l'enseignement de la technique des éléments ainsi que son évaluation. Elle constitue la base aussi bien de la gymnastique individuelle que de la gymnastique de société aux agrès. Ce livre s'ajoute aux directives de gymnastique aux agrès individuels - gymnastes féminines et masculins - 2006 - et à la table de classification y relative de la Fédération Suisse de Gymnastique (FSG) et complète les actuels documents didactiques de la gymnastique aux agrès et de l'Office fédéral du sport de Macolin. Le contenu de cette Terminologie se réfère à la table de classification, édition 01/2008.

Les dessins présentent les éléments les plus pratiqués en gymnastique aux agrès modernes et ils sont complétés par un texte descriptif. Ces dessins tentent de s'approcher de la technique la plus correcte. On y voit les positions clé et les positions finales exigées. Dans cette édition des dessins ont été améliorés ainsi que certains nouveaux éléments intégrés. De plus les barres asymétriques scolaires font partie intégrante de la présente terminologie

Etant donné que la technique de la gymnastique aux agrès est identique pour les hommes et pour les femmes, il a été décidé de ne pas différencier les éléments en fonction du sexe; le choix du sexe des figurines est dû au hasard et n'est pas en rapport avec la difficulté de l'élément ou avec les habitudes.

La Terminologie a été élaborée par le groupe spécialisé „formation/technique“ du ressort gymnastique aux agrès de la Fédération Suisse de Gymnastique.

Nous sommes persuadés que ce livre contribuera largement au développement de la gymnastique aux agrès.

Nous vous souhaitons plein succès!

Fédération Suisse de Gymnastique, Ressort gymnastique aux agrès,
Groupe spécialisé formation/technique

Inhaltsverzeichnis

Table des matières

0 Allgemeines **Générales**

0.01 Abkürzungen Abréviations	6
0.02 Griffarten Les différentes prises	7
0.03 Stellungen zum und auf dem Gerät Les positions du corps par rapport à l'engin	8

1 Boden **Sol**

1.01 Standarten Les stations - positions et les appuis renversés	1
1.02 Kraftelemente Les appuis renversés de force	5
1.03 Sitzarten Les positions assises ou sièges	7
1.04 Stützarten Les appuis	8
1.05 Sprungarten Les sauts	9
1.06 Rollen Les roulés	16
1.07 Kippen Les bascules	21
1.08 Kreisen Les cercles de jambes	22
1.09 Überschläge Les renversements	23
1.10 Salti Les saltos ou sauts périlleux	28
1.11 Waagen Les balances	32

2 Schaukelring **Anneaux balançants**

2.01 Schaukeln im Hang mit Drehungen um die Längsachse Les balancés en susp. avec rotation autour de l'axe longitudinal	1
2.02 Heben und senken zum Sturzhang S'élever et s'abaisser à la suspension mi-renversée	3
2.03 Abschwünge aus dem Sturzhang oder aus dem Stütz Les balancés en suspension de la suspension mi-renversée ou de l'appui	6
2.04 Felgen - Felgaufschwünge Les tours d'appui - établissements	11

Turnsprache/Terminologie

Abteilung Breitensport/Division sport de masse

Ressort Geräteturnen/Secteur gymnastique aux agrès

2.05	Stemmen vorwärts und rückwärts Les établissements en avant et en arrière	15
2.06	Kippen vorwärts und rückwärts Les bascules en avant et en arrière	17
2.07	Überschläge vorwärts und rückwärts Les renversements en avant et en arrière	19
2.08	Salti rückwärts Les saltos en arrière	23
2.09	Salti vorwärts Les saltos en avant	26
2.10	Übungsabgänge ohne Bewegungsverwandtschaft Les sorties d'exercices sans mouvements apparentés	30

3 Sprünge mit dem Minitrampolin Sauts au minitrampoline

3.01	Grundsprünge Les sauts de base	1
3.02	Rollen Les roulés	4
3.03	Salti vorwärts Les saltos en avant	5
3.04	Salti vorwärts mit Drehungen um die Längsachse Les saltos en avant avec rotations longitudinales	8
3.05	Salto rückwärts/seitwärts Les saltos en arrière/latéral	12
3.06	Überschläge Les renversements	13

4 Reck Barre fixe

4.01	Stützen - Kehren - Flanken - Wenden - Grätschen - Hocken - Bücken Les appuis/les passés: costaux – dorsaux – faciaux – groupés – carpés	1
4.02	Felgen Les tours d'appui - établissements, etc.	7
4.03	Unterschwünge Les élans par-dessous	14
4.04	Umschwünge Les élans circulaires	19
4.05	Durchschübe Les passés entre-bras	24
4.06	Kippen Les bascules	26
4.07	Stemmen Les établissements	28
4.08	Salti Les saltos ou sauts périlleux	30
4.09	Teile ohne Zuordnung Eléments non classés	35

Turnsprache/Terminologie

Abteilung Breitensport/Division sport de masse

Ressort Geräteturnen/Secteur gymnastique aux agrès

5 Barren

Barres parallèles

5.01 Stützarten	1
Les appuis	
5.02 Sitzarten	2
Les sièges	
5.03 Standarten	3
Les appuis renversés et les stations	
5.04 Waagen	5
Les balances	
5.05 Kehren	6
Les passés dorsaux	
5.06 Flanken	8
Les passés costaux	
5.07 Wenden	9
Les passés faciaux	
5.08 Grätschen	12
Les écartés	
5.09 Drehungen im Handstand oder durch den Handstand	14
Les rotations à l'appui renversé ou par l'appui renversé	
5.10 Rollen	15
Les roulés	
5.11 Felgen	18
Les tours d'appui et établissements	
5.12 Kippen	19
Les bascules	
5.13 Stemmen	22
Les établissements	
5.14 Überschläge	23
Les renversements	
5.15 Salti	24
Les saltos ou sauts périlleux	
5.16 Heben zum Handstand und zum Oberarmstand	27
S'élever à l'appui renv. et à l'appui renv. sur les épaules	
5.17 Teile ohne Zuordnung	28
Éléments non classés	

6 Schulstufenbarren

Barres asymétriques scolaires

6.01 Stützarten	1
Les appuis	
6.02 Sitzarten	2
Les sièges	
6.03 Standarten - Hangarten	4
Les appuis renversés et les stations - les suspensions	
6.04 Waagen	7
Les balances	
6.05 Stützen – Flanken – Kehren – Wenden – Hocken – Bücken	9
Les appuis/les passés: costaux – dorsaux – faciaux – groupés – carpés	
6.06 Rollen	16
Les roulés	

Turnsprache/Terminologie

Abteilung Breitensport/Division sport de masse

Ressort Geräteturnen/Secteur gymnastique aux agrès

6.07 Felgen – Aufschwünge – Umschwünge – Unterschwünge	18
Les tours d'appui – établissements – streulis – les élans par-dessous	
6.08 Kippen – Stemmen	23
Les bascules – les établissements	
6.09 Teile ohne Zuordnung	24
Éléments non classés	

Turnsprache/Terminologie

Abteilung Breitensport/Division sport de masse

Ressort Geräteturnen/Secteur gymnastique aux agrès

0 Allgemeines

0.01 Abkürzungen

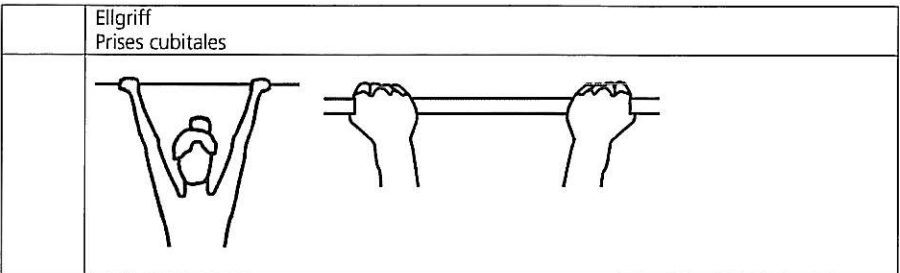
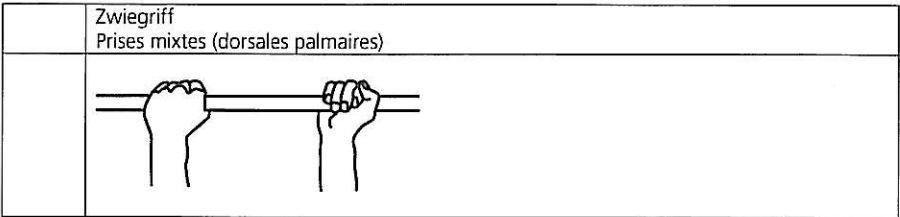
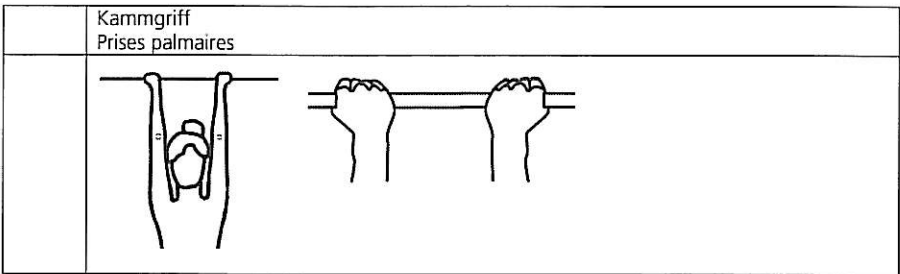
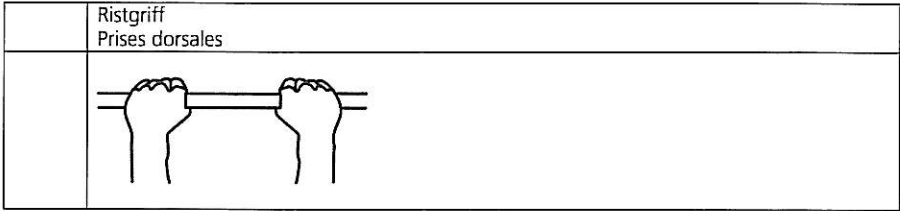
--	Halteelement
Dr.	Drehung
geb.	gebückt/gebeugt
gegr.	gegrätscht
geh.	gehockt
gestr.	gestreckt
Hstand	Handstand
mind.	mindestens
Nsprg.	Niedersprung
rl.	rücklings
Rschkl.	Rückschaukeln
Rschwg.	Rückschwung
rw.	rückwärts
Schkl.	Schaukeln
sl.	seitlings
sw.	seitwärts
vl.	vorlings
Vschkl.	Vorschaukeln
Vschwg.	Vorschwung
vw.	vorwärts

0.01 Abréviations

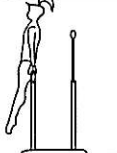

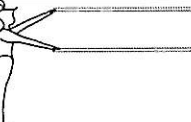
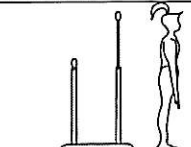
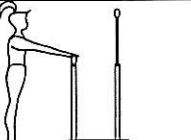
--	élément tenu
accr.	accroupie
arr.	arrière
av.	avant
b.	bras
bal.	balancer
brach.	brachial
dors.	dorsal
él.	élancer
étab.	établissement
fac.	facial
fl.	fléchi
horiz.	horizontal
j.	jambes
lat.	latéral
min.	minimum
palm.	palmaire
renv.	renversé
stat.	station
susp.	suspension
td.	tendu
transv.	transversal

0.02 Griffarten

Les différentes prises



0.03 Stellungen zum und auf dem Gerät
Les positions du corps par rapport à l'engin

	Aussenseitsitz Siège dors. lat.
	
	Aussenquerstand rl. Stat. dors. trans.
	
	Aussenquerstand vl. Stat. fac. trans.
	
	Aussenseitstand rl. Stat. dors. lat.
	
	Aussenseitstand vl. Stat. fac. lat.
	

Turnsprache/Terminologie

Abteilung Breitensport/Division sport de masse

Ressort Geräteturnen/Secteur gymnastique aux agrès

