

Normen der Handgeräte

Alter	Seil	Reifen	Ball	Band	Keule
6-7 Jahre	Je 1-2 Knoten, direkt aneinander und am Ende	Frei	Frei	Mind. 3m	Frei
8-9 Jahre	Je 1-2 Knoten, direkt aneinander und am Ende	Frei	Ø 15-20 cm	Mind. 4m	Frei
10-11 Jahre	Je 1-2 Knoten, direkt aneinander und am Ende	Frei	Ø 15-20 cm	Mind. 4m	Frei
12-13 Jahre	Je 1-2 Knoten, direkt aneinander und am Ende	70-90 Ø	Ø 15-20 cm	Mind. 5m	Mind. 35cm
14-15 Jahre	Je 1-2 Knoten, direkt aneinander und am Ende	70-90 Ø	Ø 18-20 cm	Mind. 5m	Mind. 35cm
16 + Jahre	Je 1-2 Knoten, direkt aneinander und am Ende	80-90 Ø	Ø 18-20 cm	Mind. 6m	Mind. 35cm
Die Handgerätenormen dienen als Richtwert und sind so weit möglich einzuhalten. Das Handgerät muss jedoch zur Körpergröße der Gymnastin passen.					