



De balk

De balk is maar tien centimeter breed. Het is dus best lastig om in evenwicht te blijven. Ik oefen niet op de balk. Niet omdat ik dat niet kan. Maar omdat het een toestel voor meisjes is.

De brug

Dit is een hoog turntoestel. Bovenaan zitten twee leggers. Die kunnen gelijk of ongelijk liggen. Jongens turnen aan een brug met gelijke leggers. Meisjes turnen met ongelijke leggers.



De lange mat

Op de lange mat doe ik radslag, handstand, koprol en nog veel meer. Gelukkig veert de mat een beetje.



De trampoline

Hier maak ik een salto en een spreidsprong. Ik probeer een hoeksprong en een streksprong. De veren in de trampoline helpen me om heel hoog te springen. Ik heb ook flink wat spierkracht nodig.



De ringen

Handstand in de ringen vind ik zwaar. Soms gaan de spieren in mijn armen trillen.

Spagaat

Kijk eens naar mijn bovenbenen. De spieren aan de binnenkant zijn goed geoefend. En ik ben lenig. Toch blijft zo'n spreidzit moeilijk.

