	DTB# DEUTSCHER TURNER-BUND	Kür modifiziert (KM) LK 1 - 4 Gerätturnen männlich		Gültig ab 01.04.2022
EG	Nationale Elemente - Ringe			
EG I	Rückschwung im Stütz zum Ablegen in den Hang			
EG II	Langsames gestrecktes Senken über die Hangwaage rücklings in den Hang rücklings	gestrecktes Heben in den Strecksturz-hang (durch die Hang-waage vorlings) Beugen der Arme erlaubt	Zugstemme in den Stütz	
EG III	Rückschwung in die Hangwaage rücklings (2s)			
EG IV	Salto vorwärts gehockt (auch mit 1/2 oder 1/1 Drehung)	Salto rückwärts gehockt (auch mit 1/2 oder 1/1 Drehung)	Stemme rückwärts und Salto rückwärts gehockt (Köste)	

Nationale Elemente - Ringe Hinweise an: matthias.haenel@dtb.de Seite 1 von 1