Turnpass	Stufe 1	Stufe 2	Stufe 3	Stufe 4
Gleichgewicht	An der Sprossenwand: Von der Liegestützposition zum Handstand krabbeln und wieder zurück zur Liegestützposition	Handstand an der Wand	Am Boden: Hochhalte und Vorschritt zum flüchtigen Handstand. Dabei muss min 80% erreicht werden	Am Boden: Hochhalte und Vorschritt zum Handstand und abrollen in die Hochhalte
Schnelligkeit	Am Boden: Hochhalte und Rolle vw zurück zur Hochhalte	Am Sprung: Mit dem Booster Anlauf und Strecksprung	Am Sprung: Mit dem Booster Anlauf und Rolle vw auf einen Mattenberg	Am Sprung: Mit dem Booster Anlauf und Sprungrolle
Mut	Am Reck: Stützen in einer leichen C+ Position und die Position so halten	Am Boden: Hochhalte und Rolle rw	Am Reck: Im Sturzhang eine leichte C+ halten	Am Reck: Bauchwelle in einer leichten C+ Position
Mobilität	Seitspagat erleichtert	Seitspagat	Rad	Rad mit einer 1/4 Dr.
Kraft	Schifflipositionen im C+ und C-. Hände auf den Oberschenkel	An der Sprossenwand: Beinheben geh	Am Reck: Vom Stütz ausstossen und wieder zurück in die Stützpoition	An den Ringen: Vorschwung und mit gestreckten Beinen zum Sturzhang gebückt

Turnpass	Übergang 1-2	Übergang 2-3	Übergang 3-4
Gleichgewicht	1. Aus der Liegestützposition in den Handstand – geführte negative Bewegung.	1. Mit Abstand zur Wand hochschwingen; 2. Hilfestellung durch Leiterin am Boden.	1. Hochschwingen zum Handstand und mit Hilfe des Leiters abrollen; 2. Zeitpunkt des Abrollens mit physischer Unterstützung kennenlernen.
Schnelligkeit	1. Strecksprung am Boden üben; 2. schnellen Anlauf und Laufstil trainieren; 3. Strecksprung ab Booster ohne Anlauf; 4. Strecksprung vom Kasten zur Landeposition.	1. Stand auf Booster, einmal springen und direkt in die Rolle; 2. Anlauf und Rolle auf zwei 40er Matten; 3. Anlauf und Sprungrolle auf zwei 40er Matten (Hilfestellung durch Leiter / Poolnudel).	1. Mattenberg schrittweise abbauen; 2. Hilfsmittel zur Festigung der Sprunghöhe nutzen.
Mut	1. Sicherheit gewährleisten; 2. Rolle rückwärts ab Reutherbrett; 3. C+ Position in verschiedenen Bewegungsformen (z. B. Schildkröte, Schiffli).	1. Mittels aktiver Trainerhilfe Position einnehmen; 2. Seil um Hüfte zur Orientierung.	1. Mit Gymnastikball den Weg um die Stange kennenlernen; 2. im Stütz vorlings mit Seil langsame Bauchwelle durchführen; 3. aktive Trainerhilfe.
Mobilität	1. Spagat mit Bänkli; 2. Hilfsmittel schrittweise tiefer; 3. Spagat mit Erhöhung.	1. Durch aktive Trainerhilfe durch die Bewegung führen; 2. Kontakt mit Matte vorn und hinten (Schneise bauen); 3. Grösse der Schneise variieren.	1. Rad in Zeitlupe ausführen; 2. richtige Handstellung beibringen, damit Rad ¼ Drehung möglich wird; 3. Rad auf einer Linie turnen.
Kraft	1. Beineheben am Reck aus dem Stand; 2. Weg verkürzen; 3. mit wenigen Wiederholungen beginnen; 4. aktive Trainerhilfe.	1. Rückschwung zur Liegestützposition auf zwei Kästen.	1. Auditiver Input vom Leiter, um den Zeitpunkt zum Heben in den Sturzhang zu bestimmen; 2. selbständig Beine im richtigen Moment anziehen; 3. mit gehockten Beinen in den Sturzhang; 4. Ball im Vorschwung wegkicken.