

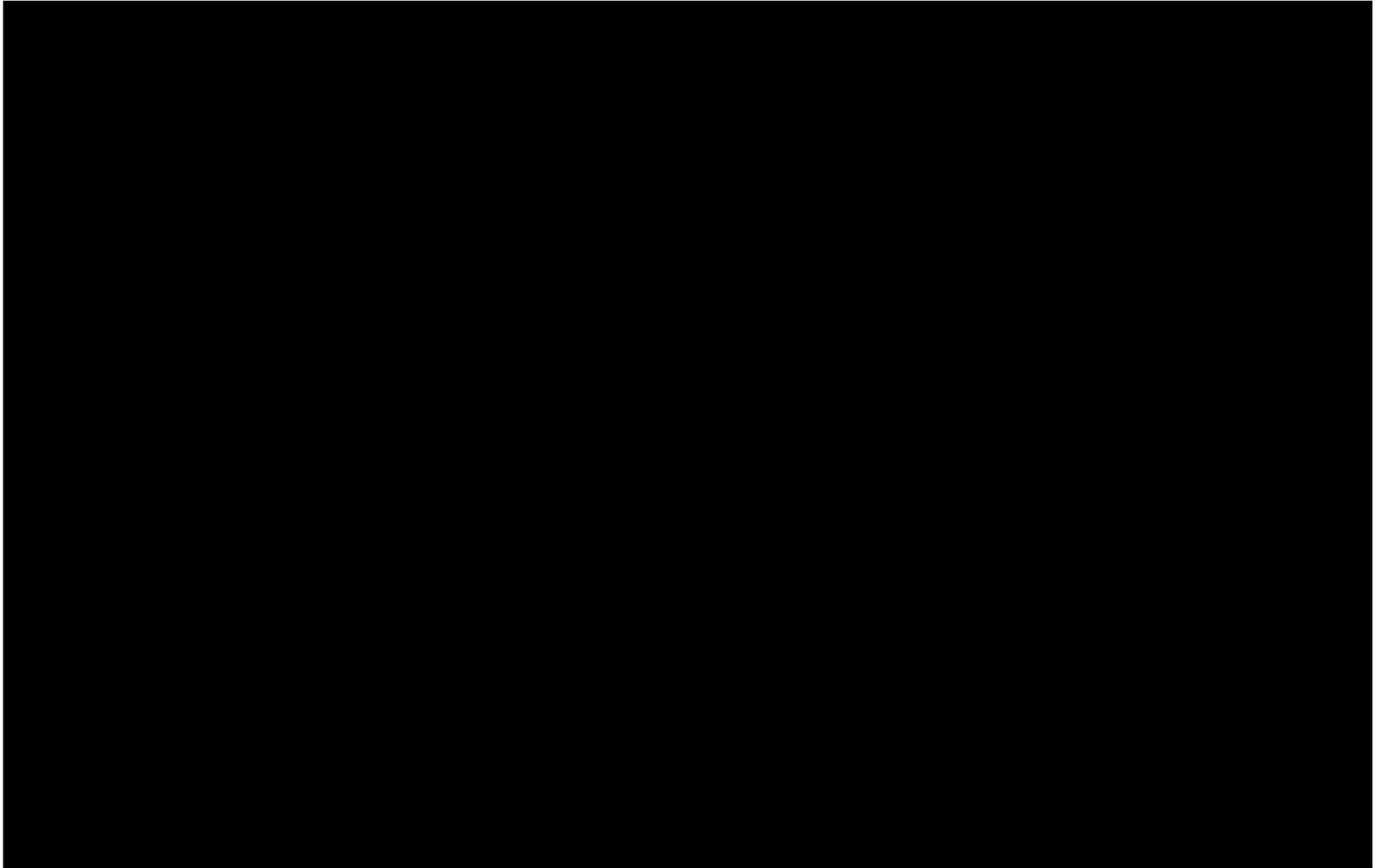
# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Asimetrik Paralel 2



# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Asimetrik Paralel 3



# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Barfiks 1

- Sadece erkekler tarafından kullanılan bir jimnastik aletidir.
- Dayanıklı elikten imal edilen aletin yerden yüksekliği 2.6 metre, direklerin arası ise 2.4 metre genişliğindedir.
- Barfiksın her iki tarafında da sporcuların güvenliğinin sağlanabilmesi için elik halatlar bağlıdır.
- Sporcuların barfiks aletindeki serileri 60-65 saniye kadar sürer. Barfiks aletindeki seriler daha çok sallanma, denge ve güç gerektiren hareketleri içerir.

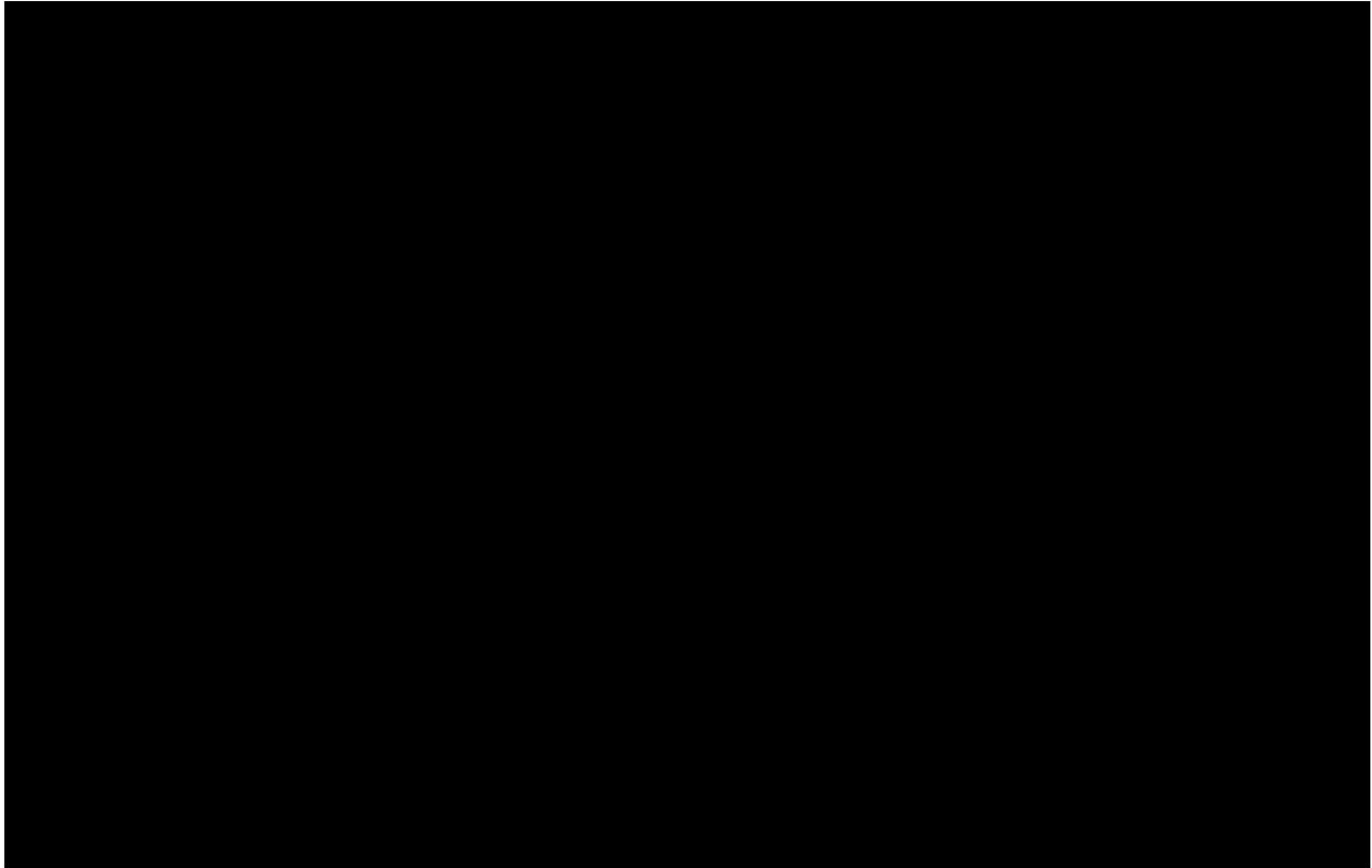
# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Barfiks 2



# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Barfiks 2



# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Denge Tahtası 1

- Sadece kadınlar tarafından kullanılan bir jimnastik aletidir.
- Yerden 80-120 cm yükseklikte olan, uzunluğu 5 metre, eni ise 10 cm olan tahtadan yapılmış bir jimnastik aletidir.
- Denge, sıçrama ve esnekliđin ön planda olduğu hareketleri içerir.

# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Denge Tahtası 2



# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Denge Tahtası 3





# ARTİSTİK JİMNASTİK

## Asimetrik Paralel 1

- Sadece kadınlar tarafından kullanılan bir jimnastik aletidir.
- Yükseklikleri birbirinden farklı olan n harfi biçiminde 2 ayrı çubuktan (bardan) oluşur.
- Genellikle metal ya da tahtadan yapılmıştır.
- Yüksek olan paralelin yerden yüksekliği 2.4 metre alçak olan paralelin yerden yüksekliği ise 1.7 metredir.
- Paraleller arasındaki mesafe ise 130-180 metre arasında olmalıdır. Sıçrama, sallanma ve tutunma öğlerinin ön planda olduğu hareketleri içerir.