

Atlama Masası

(Beygiri) 1

ARTİSTİK JİMNASTİK

Atlama Masası (Beygiri) 1

- Atlama tahtası hem erkekler hem de kadın jimnastikçiler için ortak olan 2 aletten birisidir.
- Tahta ya da metalden yapılmış olup üzeri ellerin kaymaması için plastik ya da benzeri malzeme ile kaplıdır.
- Tek bir akrobatik bağlantının icrası için kullanılır.

ARTİSTİK JİMNASTİK

Atlama Masası (Beygiri) 1

- Erkek ve kadınlar için atlama beygiri ölçülerini farklıdır.
Erkeklerde atlama beygirinin yüksekliği 1,35 metre iken kadınlarda 1,25 metredir.
- Belirli bir hızlanma koşusu yapıldıktan sonra (bu koşu mesafesi en fazla 25 metre olmalıdır) tramplenden sıçrama, atlama tahtasına elleri ile basma, akrobatik hareketi yapma ve yere inis şeklinde gerçekleşir.

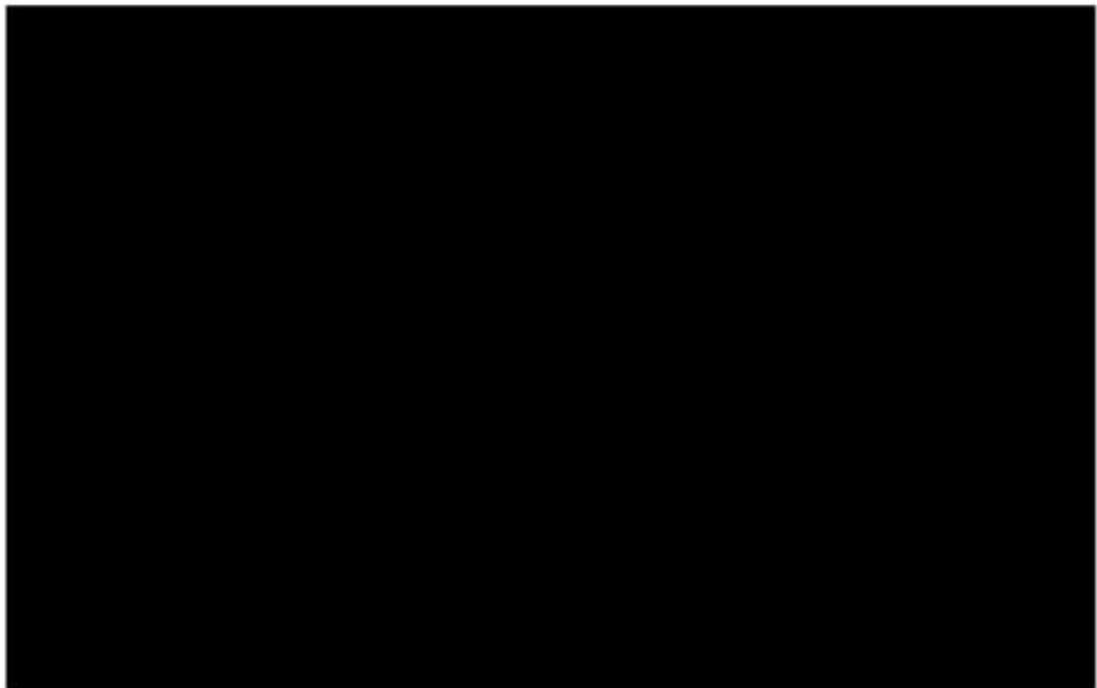
ARTİSTİK JİMNASTİK

Atlama Masası (Beygiri) 1



ARTİSTİK JİMNASTİK

Atlama Masası (Beygiri) 3



ARTİSTİK JİMNASTİK

Kulplu Beygir 1

- **Sadece erkekler** tarafından kullanılan bir jimnastik aletidir.
- Kulplu beygir, tahta yerden yüksekliği 1.22 metre, uzunluğu 1.60 metre, genişliği ise 30-36 cm olan, tahta, metal ya da plastik malzemeden yapılmış olan artistik jimnastik aletidir.
- Aletin ortasında hareketleri yaparken **sporcunun tutunmasını sağlayan 2 adet kulp** bulunur. Bu nedenle kulplu beygir olarak adlandırılır.
- Kulplu beygir aletinde sporcular, makas, devir ve gezinti gibi akrobatik öğelerden oluşan seriler kullanırlar.

ARTİSTİK JİMNASTİK

Kulplu Beygir 2



ARTİSTİK JİMNASTİK

Kulplu Beygir 3

