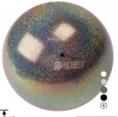


Materialliste / Liste de matériel Gym Biel-Bienne

Artikel / Article	Zweck / Concerne	CHF	Einzel Regional Régional Individuel	Bemerkung Remarques
 Spitzen /pointes	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	20 – 40	alle toutes	Modell mit Gruppentrainer absprechen À voir modèle avec l'entraîneur de groupe
 Seil / corde	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	15 – 40	alle toutes	Länge mit Gruppentrainer absprechen Longueur à voir avec l'entraîneur de groupe
 Theraband	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	max. 25	alle toutes	Modell/Stärke mit Gruppentrainer absprechen Modèle/résistance à voir avec l'entraîneur de groupe
 Elastiband / Elastique	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	ca. 18	alle toutes	Modell/Stärke mit Gruppentrainer absprechen Modèle/résistance à voir avec l'entraîneur de groupe
 Yoga Block	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	9-10	alle toutes	
 Vereinstrainer Training de société	Wettkämpfe Compétitions Vereinsanlässe Evénements Lager Camps	-	alle toutes	Leihgabe Verein prêt par la société

Materialliste / Liste de matériel Gym Biel-Bienne



 T-Shirt Dunkelrot / bordeaux	Wettkämpfe Compétitions Vereinsanlässe Evénements Lager Camps	8	alle toutes	
 Trainingskleider/ Habits d'entraînement	einheitliches Erscheinungsbild im Training apparence uniforme à l'entraînement	20-40	Einheitlich pro Trainings-gruppe / identique pour chaque groupe d'entraînement	Modell mit Gruppentrainer absprechen à définir avec les entraîneurs de groupe
 Ball / Ballon	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	20-70	Nach Reglement Selon règlement	Grösse mit Gruppentrainer absprechen Taille à voir avec l'entraîneur de groupe
 Reif / Cerceau	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	30-50	Nach Reglement Selon règlement	Grösse mit Gruppentrainer absprechen Diamètre à voir avec l'entraîneur de groupe
 Keulen / Massues zusammen-steckbar	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	30-50	Nach Reglement Selon règlement	Länge mit Gruppentrainer absprechen Longueur à voir avec l'entraîneur de groupe
 Band / Ruban + Stab / Bâton	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	60-120	Nach Reglement Selon règlement	Länge mit Gruppentrainer absprechen Longueur à voir avec l'entraîneur de groupe
 Turnkleid / Justeaucorps	Wettkämpfe Compétition	100 - 300	alle Einzel / toutes individuelles	Grösse/Konformität mit Gruppentrainer absprechen Taille/conformité à voir avec l'entraîneur de groupe

Materialliste / Liste de matériel Gym Biel-Bienne

 Unterziehdress hautfarben/ body couleur peau	Wettkämpfe Compétition	20-50	alle / toutes	
 Haarspangen, Netz, Spray/ Sixtus , coiffure, spray	Training, Wettkämpfe + Shows Entraînement, Compétitions + show		alle / toutes	
 Gewichte/ poids	Training / Entraînement	10 - 20		Vorgabe Trainer selon entraîneur
 Vereinsrucksack / sac à dos de société	Training + Wettkämpfe Entraînement + Compétition	30		freiwillig/ à choix

Materialliste / Liste de matériel Gym Biel-Bienne



Shops

www.carlasport.ch

www.decathlon.ch (warm up / Material zum aufwärmen)

www.rsg-shop.com (D)

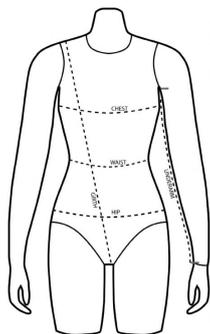
www.alletanzen.ch

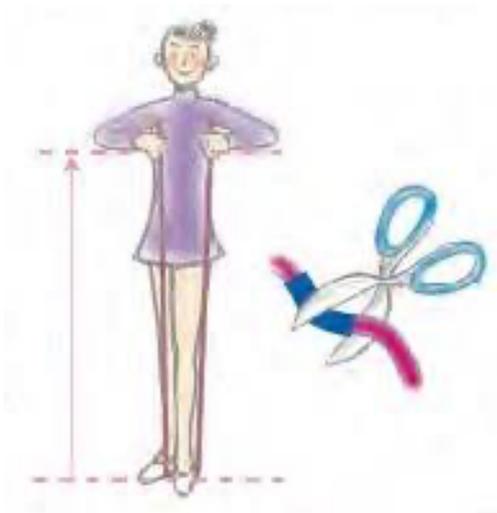
[Artesport GmbH, Bern \(078 905 72 79\)](http://Artesport GmbH, Bern (078 905 72 79))

Erläuterungen / Remarques

Jede Saison bestimmt der regionale Verband die Handgeräte der neuen Saison (für die Kategorie Einzel Regional). Ab der Alterskategorie P2 (9 J.) wird mit Handgeräten geturnt.	Chaque saison, l'association cantonale détermine les engins pour la nouvelle saison (pour la catégorie Régional individuel). À partir de la catégorie d'âge P2 (9 ans) le sport est également pratiqué avec des engins à main.
Der Verein hat eine interne Börse. Verlangen Sie die Whatsapp-Einladung.	L'association a une bourse interne. Demandez l'invitation Whatsapp.
Persönliches Material ist selbst zu besorgen oder gemeinsam innerhalb der Trainingsgruppe zu organisieren.	Le matériel personnel doit être acheté par les participants eux-mêmes ou par le biais d'une commande collective au sein du groupe d'entraînement.
Das Wettkampf-Gruppendress und die Gruppenhandgeräte erwirbt der Verein.	Les justaucorps de groupe et les engins de groupe achète la société
Die Gruppenleiterin berät euch gerne bei spezifischen Fragen.	La responsable du groupe vous conseillera volontiers sur des questions spécifiques.
Fabiana Perchinenna vermietet Material vom Verein und verkauft Vereinskleider mit Logo. 079 687 24 42 cfperchinenna@bluewin.ch	Fabiana Perchinenna loue du matériel de la société et vend des vêtements de société avec logo. 079 687 24 42 cfperchinenna@bluewin.ch

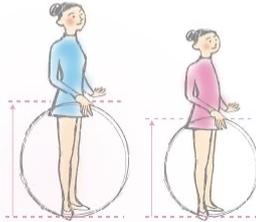
Comment mesurer / wie man abmisst?





How to choose a hoop size

Put a hoop aside for measuring.
Recommended hoop height is at your hips.



How to choose best size clubs

Take a club and measure the length.
Club should not hit your chin or nose when extend your arm and are handling.



Nationale Gymnastinnen müssen FIG-geprüfte Handgeräte erwerben / gymnastes nationales doivent acquérir des engins approuvées:

