Verkehrte Welt: Rückwärts turnen, vorwärts lernen

Von Alexandra Urich-Klehr

Literatur

- Baumann, S. (2006). *Psychologie im Sport* (4., überarb. Aufl.). Meyer & Meyer.
- Bessi, F. (2022). *Gerätturnen 2.0*. (Bd. 1). e-gymnastics.
- Bös, K., Worth, A., Opper, E., Oberger, J., Romahn, N., Wagner, M., Jekauc, D., Mess, F., & Woll, A. (2009). *Motorik-Modul: Eine Studie zur motorischen Leistungsfähigkeit und körperlich-sportlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Abschlussbericht zum Forschungsprojekt*. Nomos.
- Dittrich, S. (2026). *Gerätturnen neu gedacht: Krafttraining, Boden und Schwebebalken – praxisnah für Schule und Verein.* Meyer & Meyer.
- Gerling, I. E. (2022). *Helfen und Sichern im Turnen: Alle Helfergriffe, Methodik und über 130 kooperative Spiele* (4. korr. Aufl.). Meyer & Meyer.
- Gerling, I. E. (2024). *Basisbuch Gerätturnen: Von Bewegungsgrundformen mit Spiel und Spaß zu Basisfertigkeiten* (11. korr. Aufl.). Meyer & Meyer.
- Häberling-Spöhel, U. (Hrsg.). (2004). *1008 Spiel- und Übungsformen im Gerätturnen* (9., unveränd. Aufl.). Hofmann.
- Kollegger, M. (1995). *Körpererfahrung im Gerätturnen.* Limpert.
- Wang, J., Xu, J., & An, R. (2019). *Effectiveness of backward walking training on balance performance: A systematic review and meta-analysis.* Gait & Posture, 68, 466–475. https://doi.org/10.1016/j.gaitpost.2019.01.002