

Boden - P 2

D-Note - 2,00 P.

Spezielle Fehler und Abzüge von der D-Note		
Keine Anerkennung eines Pflichtelements aufgrund eines technischen Fehlers	je	W.d.E.
Auslassen eines Pflichtelements	je	W.d.E.+0,5
Ersatz eines Pflichtelements durch ein anderes Element	je	W.d.E.+0,5
Wiederholen eines Pflichtelements	je	0,5
Unterbrechung der vorgeschriebenen Reihenfolge durch zusätzliche Elemente oder zusätzliche Elemente entgegen der Ausschreibung	je	0,5
Vertauschen der Reihenfolge	einmalig	0,3
Pflichtelement mit Hilfestellung	je	W.d.E. +1,0

Spezielle Fehler und Abzüge von der Endnote / neutrale Abzüge			
fehlendes Vorstellen zum Kampfergericht			
vor und/oder nach der Übung		0,3	
Nichtbeginn der Übung nach Aufruf der Turnerin		0,3	
Übungsbeginn, ohne dass die Turnerin vorher aufgerufen wurde un/Endnote "0 P."			
Ti: Sprechen mit aktiven Kampfrichterinnen		0,3	
anderes undizipliniertes oder ausfallendes Verhalten		0,3	
Hinweis			
weitere Vergehen / Regelverletzungen siehe Aufgabenbuch Seite 31			
Anmerkung			
Wenn statt einer Fläche eine Bodenbahn liegt, erfolgt kein Abzug, wenn diese verlassen wird.			

Übung P 2

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Nachstellsprung (Chas-sé) Nachstellsprung (gegengleich) (rechts - links oder links - rechts); Schritt, Schließen der Beine in die Schlussstellung	0,1 0,1	- ungenügende Bewegungsweite	x	x	x	
2	Senken in den Hockstand, Aufstützen der Hände, Rücksetzen der Beine zum Liegestütz vorlings;	0,1	- ungenügender Hockstand - ungenügender Stütz - keine Linie im Liegestütz - unkoordinierter Ablauf	x	x	x	
3	Langsames Senken in die Bauchlage, anschließendes Strecken der Arme in Verlängerung des Oberkörpers;	0,2	- unkontrolliertes Senken	x	x	x	
4	1/2 LAD in die Rückenlage (Arme bleiben in Verlängerung), Heben in die „Schiffchenhaltung“;	0,2	- fehlerhafte Körperhaltung - Unterstützung der Beine beim Drehen - Drehung aus der Richtung	x	x	x	
5	Rückenschaukel zurück und vor mit dynamischen Aufrichten beidbeinig oder über die Schrittstellung in den Stand;	0,2	- ungenügende Hüftstreckung - keine deutliche Schaukelbewegung - Nachstützen der Hände	x	x	x	
6	VERBINDUNG: Rolle vw - Streck sprung;	0,5 0,1	- ungenügende Stützphase - Nachstützen der Hände	x	x	x	
7	2 bis 3 Schritte, Absprung zum Pferdchensprung Ausklang freigestellt.	0,5	- ungenügende Beintätigkeit	x	x	x	

E- Note - 10,00 P.

Allgemeine Fehler				
gebeugte Arme oder gebeugte Knie	je	0,1	0,3	0,5
geöffnete Beine oder Knie	je	0,1	0,3	0,5
ungenügendes Hocken, Strecken, Bücken	je	0,1	0,3	0,5
Körperausrichtung	je	0,1		
Füße nicht gestreckt, gespannt	je	0,1		
Präzision	je	0,1		
Abweichen von der geraden Richtung	je	0,1		
Abgang zu dicht am Gerät			0,3	0,5
Versuch ohne Ausführen eines Elements	je		0,3	
<i>Während der gesamten Übung</i>				
Körperhaltung/ Kopfposition		0,1	0,3	0,5
ungenügende dynamische Ausführung		0,1	0,3	0,5
Sturz				1,0
Gerätspezifische Abzüge				
Pause (mehr als 1 Sek.) vor Pflichtelementen		0,1		
übertriebener Armzug vor gymn.Pflichtel.		0,1		
mangelhafter Rhythmus in Pflichtverbindung.		0,1		

Landungsfehler				
Bei allen Pflichtelementen ohne Sturz kann der maximale Abzug für Landungsfehler lediglich 0,8 P. betragen!				
geöffnete Beine bei der Landung	je	0,1		
<i>zusätzliche Bewegung, um das Gleichgewicht zu behalten:</i>				
zusätzl. Armbewegung	je	0,1		
Gleichgewichtsverlust	je	0,1	0,3	
zusätzliche Schritte, kleiner Hüpfen	je	0,1		
sehr großer Schritt oder Sprung	je		0,3	
fehlerhafte Körperhaltung	je	0,1	0,3	
Tiefe Landung	je			0,5
Berühren/Streifen des Gerätes/oder Matte,				
ohne gegen dasGerät zu fallen	je		0,3	
Abstützen auf der Matte oder dem Gerät mit				
1 oder 2 Händen	je			1,0
Sturz auf die Knie oder das Gesäß auf die Matte	je			1,0
Sturz auf oder gegen das Gerät	je			1,0
Keine Landung zuerst auf den Füßen nach einem Element	je			W.d.E. + 1,0

Boden - P3

D-Note - 3,00 P.

Spezielle Fehler und Abzüge von der D-Note		
Keine Anerkennung eines Pflichtelements aufgrund eines technischen Fehlers	je	W.d.E.
Auslassen eines Pflichtelements	je	W.d.E.+0,5
Ersatz eines Pflichtelements durch ein anderes Element	je	W.d.E.+0,5
Wiederholen eines Pflichtelements	je	0,5
Unterbrechung der vorgeschriebenen Reihenfolge durch zusätzliche Elemente oder zusätzliche Elemente entgegen der Ausschreibung	je	0,5
Vertauschen der Reihenfolge	einmalig	0,3
Pflichtelement mit Hilfestellung	je	W.d.E. +1,0

Spezielle Fehler und Abzüge von der Endnote / neutrale Abzüge			
fehlendes Vorstellen zum Kampfgericht			
vor und/oder nach der Übung		0,3	
Nichtbeginn der Übung nach Aufruf der Turnerin		0,3	
Übungsbeginn, ohne dass die Turnerin vorher aufgerufen wurde	Endnote "0 P."		
Ti: Sprechen mit aktiven Kampfrichterinnen		0,3	
anderes undizipliniertes oder ausfallendes Verhalten		0,3	
Hinweis			
weitere Vergehen / Regelverletzungen siehe Aufgabenbuch Seite 31			
Anmerkung			
Wenn statt einer Fläche eine Bodenbahn liegt, erfolgt kein Abzug, wenn diese verlassen wird.			

Übung P 3

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				0,1	0,3	0,5
1	Aus dem Stand - VERBINDUNG: Rolle vw - Strecksprung;	0,2 0,1	- ungenügende Stützphase - Nachstützen der Hände	x	x	x
2	Senken in die Rückenlage, Zurückrollen in die flüchtige Kerze , Abrollen und Aufrichten beidbeinig oder über die Schrittstellung in den Stand;	0,5	- ungenügende Hüftstreckung - Nachstützen der Hände	x	x	x
3	2 bis 3 Schritte vw, Schwingen in den flüchtigen Handstand (Haltezeit 2 Sek. erlaubt), Senken in die Schrittstellung, Aufrichten;	1,0	- ungenügender ARW - Abweichen von der Senkrechten > 10° bis 45° - Abweichen von der Senkrechten > 45°	x	x	x
4	2 bis 3 Schritte vw, Einsprung, Absprung zum Hocksprung ;	0,2	- ungenügendes Hocken	x	x	x
5	Schritt, Anhüpfer Handstütz-Überschlag sw (Rad), Aufrichten mit 1/4 Drehung gegen die Bewegungsrichtung;	1,0	- fehlender Anhüpfer - ungenügender ARW - Abweichen von der Senkrechten - ungenügendes Spreizen der Beine - Abweichen aus der Bewegungsrichtung	x	x	x
Ausklang freigestellt.						

E- Note - 10,00 P.

Allgemeine Fehler				
gebeugte Arme oder gebeugte Knie	je	0,1	0,3	0,5
geöffnete Beine oder Knie	je	0,1	0,3	0,5
ungenügendes Hocken, Strecken, Bücken	je	0,1	0,3	0,5
Körperausrichtung	je	0,1		
Füße nicht gestreckt, gespannt	je	0,1		
Präzision	je	0,1		
Abweichen von der geraden Richtung	je	0,1		
Abgang zu dicht am Gerät			0,3	0,5
Versuch ohne Ausführen eines Elements	je		0,3	
<i>Während der gesamten Übung</i>				
Körperhaltung/ Kopfposition		0,1	0,3	0,5
ungenügende dynamische Ausführung		0,1	0,3	0,5
Sturz				1,0
Gerätspezifische Abzüge				
Pause (mehr als 1 Sek.) vor Pflichtelementen		0,1		
übertriebener Armzug vor gymn. Pflichtel.		0,1		
mangelhafter Rhythmus in Pflichtverbindung.		0,1		

Landungsfehler				
Bei allen Pflichtelementen ohne Sturz kann der maximale Abzug für Landungsfehler lediglich 0,8 P. betragen!				
geöffnete Beine bei der Landung	je	0,1		
<i>zusätzliche Bewegung, um das Gleichgewicht zu behalten:</i>				
zusätzl. Armbewegung	je	0,1		
Gleichgewichtsverlust	je	0,1	0,3	
zusätzliche Schritte, kleiner Hüpfer	je	0,1		
sehr großer Schritt oder Sprung	je		0,3	
fehlerhafte Körperhaltung	je	0,1	0,3	
Tiefe Landung	je			0,5
Berühren/Streifen des Gerätes/oder Matte, ohne gegen das Gerät zu fallen				
	je		0,3	
Abstützen auf der Matte oder dem Gerät mit 1 oder 2 Händen				
	je			1,0
Sturz auf die Knie oder das Gesäß auf die Matte	je			1,0
Sturz auf oder gegen das Gerät	je			1,0
Keine Landung zuerst auf den Füßen nach einem Element	je			W.d.E. + 1,0

Boden - P 4

D-Note - 4,00 P.

Spezielle Fehler und Abzüge von der D-Note		
Keine Anerkennung eines Pflichtelements aufgrund eines technischen Fehlers	je	W.d.E.
Auslassen eines Pflichtelements	je	W.d.E.+0,5
Ersatz eines Pflichtelements durch ein anderes Element	je	W.d.E.+0,5
Wiederholen eines Pflichtelements	je	0,5
Unterbrechung der vorgeschriebenen Reihenfolge durch zusätzliche Elemente oder zusätzliche Elemente entgegen der Ausschreibung	je	0,5
Vertauschen der Reihenfolge	einmalig	0,3
Pflichtelement mit Hilfestellung	je	W.d.E. +1,0

Spezielle Fehler und Abzüge von der Endnote / neutrale Abzüge			
fehlendes Vorstellen zum Kampfergericht			
vor und/oder nach der Übung		0,3	
Nichtbeginn der Übung nach Aufruf der Turnerin		0,3	
Übungsbeginn, ohne dass die Turnerin vorher aufgerufen wurde ung/Endnote "0 P."			
Ti: Sprechen mit aktiven Kampfrichterinnen		0,3	
anderes undizipliniertes oder ausfallendes Verhalten		0,3	
Hinweis			
weitere Vergehen / Regelverletzungen siehe Aufgabenbuch Seite 31			
Anmerkung			
Wenn statt einer Fläche eine Bodenbahn liegt, erfolgt kein Abzug, wenn diese verlassen wird.			

Übung P 4

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Aus dem Stand: Schritt vw, Schwingen in den flüchtigen Handstand (Haltezeit 2 Sek. erlaubt) - Abrollen in den Stand;	1,0	- ungenügender ARW - Abweichen von der Senkrechten > 10° - fehlendes Abrollen - unkontrolliertes Abrollen	x	x	x	W.d.E.
2	Strecksprung mit 1/2 LAD;	0,5	- Drehung nicht vollendet				W.d.E.
3	Rolle rw über den hohen Hockstütz in den Hockstand (Fellgrolle erlaubt);	1,0	- kein hoher und sicherer Handstütz - Hände stützen nacheinander - Landung auf den Knien	x	x	x	W.d.E.
4	Nachstellsprung (Chasé), Nachstellsprung (gegen gleich) (rechts - links oder links - rechts); Anhüpfer, Handstütz-Überschlag sw (Rad), Aufrichten mit 1/4 LAD in die Bewegungsrichtung;	0,5	- ungenügende Bewegungsweite - fehlender Nachstellsprung je - fehlender Anhüpfer - ungenügender ARW - Abweichen von der Senkrechten - ungenügendes Spreizen der Beine - Abweichen aus der Bewegungsrichtung	x	x	x	
5	Absprung zum Quergrätschsprung (mind. 90°), Landung beidbeinig.	1,0	- ungenügender Spreizwinkel	x	x		W.d.E.
Ausklang freigestellt.							

E- Note - 10,00 P.

Allgemeine Fehler				
gebeugte Arme oder gebeugte Knie	je	0,1	0,3	0,5
geöffnete Beine oder Knie	je	0,1	0,3	0,5
ungenügendes Hocken, Strecken, Bücken	je	0,1	0,3	0,5
Körperausrichtung	je	0,1		
Füße nicht gestreckt, gespannt	je	0,1		
Präzision	je	0,1		
Abweichen von der geraden Richtung	je	0,1		
Abgang zu dicht am Gerät			0,3	0,5
Versuch ohne Ausführen eines Elements	je		0,3	
<i>Während der gesamten Übung</i>				
Körperhaltung/ Kopfposition		0,1	0,3	0,5
ungenügende dynamische Ausführung		0,1	0,3	0,5
Sturz				1,0
Gerätspezifische Abzüge				
Pause (mehr als 1 Sek.) vor Pflichtelementen		0,1		
übertriebener Armzug vor gymn. Pflichtel.		0,1		
mangelhafter Rhythmus in Pflichtverbindung.		0,1		

Landungsfehler				
Bei allen Pflichtelementen ohne Sturz kann der maximale Abzug für Landungsfehler lediglich 0,8 P. betragen!				
geöffnete Beine bei der Landung	je	0,1		
<i>zusätzliche Bewegung, um das Gleichgewicht zu behalten:</i>				
zusätzl. Armbewegung	je	0,1		
Gleichgewichtsverlust	je	0,1	0,3	
zusätzliche Schritte, kleiner Hüpfen	je	0,1		
sehr großer Schritt oder Sprung	je		0,3	
fehlerhafte Körperhaltung	je	0,1	0,3	
Tiefe Landung	je			0,5
Berühren/Streifen des Gerätes/oder Matte,				
ohne gegen das Gerät zu fallen	je		0,3	
Abstützen auf der Matte oder dem Gerät mit				
1 oder 2 Händen	je			1,0
Sturz auf die Knie oder das Gesäß auf die Matte	je			1,0
Sturz auf oder gegen das Gerät	je			1,0
Keine Landung zuerst auf den Füßen nach einem Element	je			W.d.E. + 1,0

Boden - P 5

D-Note - 5,00 P.

Spezielle Fehler und Abzüge von der D-Note		
Keine Anerkennung eines Pflichtelements aufgrund eines technischen Fehlers	je	W.d.E.
Auslassen eines Pflichtelements	je	W.d.E.+0,5
Ersatz eines Pflichtelements durch ein anderes Element	je	W.d.E.+0,5
Wiederholen eines Pflichtelements	je	0,5
Unterbrechung der vorgeschriebenen Reihenfolge durch zusätzliche Elemente oder zusätzliche Elemente entgegen der Ausschreibung	je	0,5
Vertauschen der Reihenfolge	einmalig	0,3
Pflichtelement mit Hilfestellung	je	W.d.E. +1,0

Spezielle Fehler und Abzüge von der Endnote / neutrale Abzüge			
fehlendes Vorstellen zum Kampfgericht			
vor und/oder nach der Übung		0,3	
Nichtbeginn der Übung nach Aufruf der Turnerin		0,3	
Übungsbeginn, ohne dass die Turnerin vorher aufgerufen wurde	ung/Endnote "0 P."		
Ti: Sprechen mit aktiven Kampfrichtern		0,3	
anderes undizipliniertes oder ausfallendes Verhalten		0,3	
Hinweis			
weitere Vergehen / Regelverletzungen siehe Aufgabenbuch Seite 31			
Anmerkung			
Wenn statt einer Fläche eine Bodenbahn liegt, erfolgt kein Abzug, wenn diese verlassen wird.			

Übung P 5

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Anlauf, Spagatsprung (mind. 120°);	1,0	- ungenügender Spreizwinkel	x	x		W.d.E.
2	Schritt, Schritt mit Vorspreizen, Schwingen in den flüchtigen Handstand (Haltezeit 2 Sek. erlaubt) - Abrollen in den Stand;	1,0	- ungenügende Amplitude - ungenügender ARW - Abweichen von der Senkrechten > 10° - fehlendes Abrollen - unkontrolliertes Abrollen	x	x	x	W.d.E.
3	kleiner Schritt vw, 1/2 LAD einbeinig (Spielbein beliebig);	0,5	- Drehung nicht vollendet				W.d.E.
4	Schritt, Hüpfen mit Vorspreizen (Vorschwingen) des gebeugten Beines (links oder rechts), Schritt, Hüpfen mit Vorspreizen (Vorschwingen) des gebeugten Beines (rechts oder links), Schritt;		- ungenügende Amplitude je	x	x	x	
5	Anhüpfer, Handstütz-Überschlag sw (Rad), Aufrichten mit 1/4 LAD gegen die Bewegungsrichtung;	0,5	- fehlender Anhüpfer - ungenügender ARW - Abweichen von der Senkrechten - ungenügendes Spreizen der Beine - Abweichen aus der Bewegungsrichtung	x	x	x	
6	Rolle rw über den hohen Hockstütz in den Hockstand (Feigrolle erlaubt);	1,0	- kein hoher und sicherer Handstütz - Hände stützen nacheinander - Landung auf den Knien	x	x	x	W.d.E.
7	Ab sprung zum Quergrätschsprung (mind. 90°), Landung beidbeinig.	1,0	- ungenügender Spreizwinkel	x	x		W.d.E.
Ausklang freigestellt.							

E- Note - 10,00 P.

Allgemeine Fehler				
gebeugte Arme oder gebeugte Knie	je	0,1	0,3	0,5
geöffnete Beine oder Knie	je	0,1	0,3	0,5
ungenügendes Hocken, Strecken, Bücken	je	0,1	0,3	0,5
Körperausrichtung	je	0,1		
Füße nicht gestreckt, gespannt	je	0,1		
Präzision	je	0,1		
Abweichen von der geraden Richtung	je	0,1		
Abgang zu dicht am Gerät			0,3	0,5
Versuch ohne Ausführen eines Elements	je		0,3	
Während der gesamten Übung				
Körperhaltung/ Kopfposition		0,1	0,3	0,5
ungenügende dynamische Ausführung		0,1	0,3	0,5
Sturz				1,0
Gerätspezifische Abzüge				
Pause (mehr als 1 Sek.) vor Pflichtelementen		0,1		
übertriebener Armzug vor gymn. Pflichtel.		0,1		
mangelhafter Rhythmus in Pflichtverbindung.		0,1		

Landungsfehler				
Bei allen Pflichtelementen ohne Sturz kann der maximale Abzug für Landungsfehler lediglich 0,8 P. betragen!				
geöffnete Beine bei der Landung	je	0,1		
zusätzliche Bewegung, um das Gleichgewicht zu behalten:				
zusätzl. Armbewegung	je	0,1		
Gleichgewichtsverlust	je	0,1	0,3	
zusätzliche Schritte, kleiner Hüpfen	je	0,1		
sehr großer Schritt oder Sprung	je		0,3	
fehlerhafte Körperhaltung	je	0,1	0,3	
Tiefe Landung	je			0,5
Berühren/Streifen des Gerätes/oder Matte, ohne gegen das Gerät zu fallen				
	je		0,3	
Abstützen auf der Matte oder dem Gerät mit				
	1 oder 2 Händen	je		1,0
Sturz auf die Knie oder das Gesäß auf die Matte	je			1,0
Sturz auf oder gegen das Gerät	je			1,0
Keine Landung zuerst auf den Füßen nach einem Element	je			W.d.E. + 1,0