

Sprung

Zweite Flugphase

L. Vorberg

Überschreitung der max. Anlauflänge (25m) 0,5 v. Endw.

Anlaufversuch ohne Sprungausführung 1,0 P.

Übertriebener „Snap“ 0,1 / 0,3 P.
 Ungenügende Höhe 0,1 bis 1,0 P.

Erste Flugphase

Hüftwinkel 0,1 / 0,3 P.
 Hohlkreuz 0,1 / 0,3 P.
 Gebeugte Knie 0,1 / 0,3 / 0,5 P.
 Geöffnete Beine/Knie 0,1 / 0,3 P.
 Unvollständige Längsachsen-Drehungen 0,1 / 0,3 / 0,5 P.

Ungenügende Präzision bei (LA) Drehungen 0,1 P.
 ungenügende Hock-/Bückposition 0,1 / 0,3 P.
 ungenügende Hock-/Bückposition in Salti mit LAD 0,1 P.
 Körperausrichtung in gestreckten Salti 0,1 / 0,3 P.
 ungenügendes oder zu spätes Strecken des Körpers 0,1 / 0,3 / 0,5 P.

Abdruckphase

Schulterwinkel 0,1 / 0,3 P.
 Vorgeschriebene LAD (a.d. Tisch) zu früh 0,1 / 0,3 P.
 Nicht durch die Vertikale geturnt 0,1 P.
 Gebeugte Arme 0,1 / 0,3 / 0,5 P.
 Versetztes-Alternatives Stützen der Hände 0,1 / 0,3 / 0,5 P.

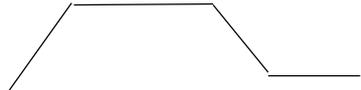
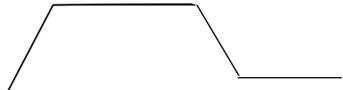
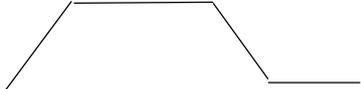
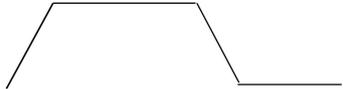
geöffnete Beine/Knie 0,1 / 0,3 P.
 Unterrotation ohne Sturz 0,1 P.
 Unterrotation mit Sturz 0,3 P.
 ungenügende Weite 0,1 / 0,3 / 0,5 P.
 Abweichen von der geraden Richtung 0,1 / 0,3 P.
 ungenügende Dynamik 0,1 / 0,3 / 0,5 P.

Landungsfehler gem. Abschnitt 2.3.3

max.0,8 ohne Sturz
 geöffnete Beine bei der Landung 0,1
 zusätzliche Armbewegung 0,1
 Gleichgewichtsverlust 0,1 / 0,3 P.
 zusätzliche Schritte, kleiner Hüpfen 0,1 P.
 sehr großer Schritt oder Sprung (1m) 0,3 P.
 fehlerhafte Körperhaltung 0,1 / 0,3 P.

tiefe Landung 0,5 P.
 Abstützen auf Matte/Gerät 1 o. 2 Hände 1,0 P.
 Sturz auf die Knie/das Gesäß auf die Matte 1,0 P.
 Sturz auf oder gegen das Gerät 1,0 P.
 zusätzlicher Stütz (Nachstützen/Laufen auf dem 1,0 P.

17.03.2022

		E-Note 10,00 P.			E-Note 10,00 P.
1		Abzüge	2		Abzüge
		D-Note			D-Note
		Endwert			Endwert
1		Abzüge	2		Abzüge
		D-Note			D-Note
		Endwert			Endwert
1		Abzüge	2		Abzüge
		D-Note			D-Note
		Endwert			Endwert
1		Abzüge	2		Abzüge
		D-Note			D-Note
		Endwert			Endwert
1		Abzüge	2		Abzüge
		D-Note			D-Note
		Endwert			Endwert