

AK 8/9 Boden Bahn: 12 m x 2

TP = Tänzerische Passage

8 Elemente	1	2	3	4	5	6	7	8
< 4 Elemente = 5,0 neutral	Auftaktbewegung beliebig	Nachstellsprungschritt sw li., 1/2 Drehg, Nachstellsprungschritt sw re. 1/4 Drehg. (in Verbindung)	Schritt, Vorspreizen, Rad mit 1/4 Drehung gg. Bewegungsrichtung in Ausfallschritt	Schließen Beine in GS, Rolle rw über Hockstand in Hockstand mit hohem Stütz, Aufrichten in Stand	TP Pferdchensprung und Schersprung, Pose (als Verbindung)	Schritt, Einsprung zur Sprungrolle (0,8), Streck-sprung 1/2 Drehung (0,2)	Anlauf (1-2 Schr.) Prellspr. Strecksprung, Quergrätschspr. (min. 120°)	Pose (Ausklang frei)
	beim Fehlen: 0,10	0,20 Nachstellsprungschritt nicht sw: je 0,10 ungenügende Bewegungsweite: 0,10 - 0,50 Rhythmusstörg.: 0,10 - 0,30 Unterbrechung Verbindung: 0,50	0,80 Vorspreizen weniger 90 Grad: 0,10 Hände nicht nacheinander gestützt: 0,30 ungenügender ARW: 0,10 - 0,30 Abweichen von Senkrechten: 0,10 - 0,50 ungenügendes Spreizen der Beine: 0,10 - 0,30 Abweichg. Bew.richtg.: 0,10 - 0,30	0,80 kein sichtb. hoher Stütz: 0,10 - 0,50 Landung auf Knien: W.d.E. zusätzl. Schritte/kl. Hüpfen: je 0,10	0,50 nicht als TP gezeigt: 0,30 (Gehschritte) keine sichtbare Pose: 0,10 Vertausch Reihenfolge: 0,30 Rhythmusstörung: 0,10 - 0,30 ungenüg. Hocken bzw. Höhe: 0,10 - 0,50 Unterbrech. Verbindg.: 0,50	1,00 mehrere Schritte vor Einsprung: pro Schritt 0,1 ungen. Hüftstreckung: 0,10 - 0,50 ungen. Flugphase: 0,10 - 0,50 unkontrolliert. Abrollen: 0,10 - 0,30 keine Flugphase: W.d.E. halbe Drehg. nicht vollendet: 0,10 (Stellung Ferse) gebeugte Beine o. öffn. Beine: 0,10 - 0,50 Füße nicht gestreckt: 0,10	0,50 mehr als 2 Schritte: 0,10 Spreizwinkel: < 120° bis 100°: 0,10 75° bis <100°: 0,30 < 75°: 0,50 ungenü. Strecken: 0,10 - 0,50 ungen. Höhe: 0,10 - 0,50 gebeug. Arme/Beine: 0,10 - 0,30	0,20 keine sichtbare Pose: 0,20

D-Note: **4,0**

Name	Fehler	Wertung
E		
D		
	Summe	

Name	Fehler	Wertung
E		
D		
	Summe	

Name	Fehler	Wertung
E		
D		
	Summe	

Name	Fehler	Wertung
E		
D		
	Summe	

Name	Fehler	Wertung
E		
D		
	Summe	

Allgemeine Abzüge:		
Ausführungsfehler	gebeugte Arme/Beine:	je 0,10 - 0,50
	geöffnete Beine/Knie:	je 0,10 - 0,50
	ungenügende Höhe:	je 0,10 - 0,50
	ungenü. Hocken/Strecken:	je 0,10 - 0,50
	Hohlkreuz:	je 0,10 - 0,50
	Körperausrichtung:	je 0,10
	Füße nicht gestreckt:	je 0,10
	fehlende Spannung:	je 0,10 - 0,50
	Vertrauen /Selbstsicherheit:	je 0,10 - 0,30
	ungenü. Dynam. Ausführgg.:	je 0,10 - 0,50
Landungsfehler (ohne Sturz max. 0,80)	geöffnete Beine bei Landung:	je 0,10
	zusätzl. Arm-bewegung (Gleichgew.):	je 0,10
	Gleichgewichtsverlust:	je 0,10 - 0,30
	zusätzl. Schritte / kl. Hüpfen:	je 0,10
	sehr große Schritte o. Sprung:	je 0,30
	fehlerhafte Körperhaltung:	je 0,10 - 0,30
	tiefe Landung:	je 0,50
	Abstützen auf Matte/Gerät mit Händen:	je 1,00
	Sturz auf Knie/Po/Matte, auf/gg. Gerät:	je 1,00
	keine Landung zuerst auf Füßen:	je W.d.E. + 1,0
Gerätespezifisch:		
Pause vor Pflicht-Element > 1sec:	je 0,10	
Übertrieb. Armschwung vor Sprüngen:	je 0,10	
mangelnder Rhythmus:	einm. 0,10	
Drehungen nicht exakt beendet sein	W.d.E.	
Abweichung vom geforderten Spreizwinkel:		
> 0° bis 20°	0,10	
> 20° bis 45°	0,30	
> 45°	W.d.E.	
Unterbrechung einer Verbindung	0,50	
Abzug D-Note durch D-Kari:		
k. Anerkennung. P.-E. wg. techn. Fehler:	je W.d.E.	
Auslassen eines Pflicht-Element:	je W.d.E. + 0,50	
Ersatz durch ein anderes Pflicht-E.:	je W.d.E. + 0,50	
Wiederholung eines Pflicht-Element:	je 0,50	
Unterbrech. Reihenfolge d. zusätzl. E.:	je 0,50	
Unterbrechung einer Verbindung:	je 0,50	
Vertausch Reihenfolge:	einm. 0,30	
Hilfestellung bei Pflicht-Elementen (Anfassen): W.d.E. + 1,0 (Hilfeleistg.) neutraler Abzug + 0,50 (unerlaubte Anwesenheit Trainer) neutraler Abzug		
Neutraler Abzug durch D-Kari:		
fehlende An-/Abmeldung:	0,30	
nicht Beginn Übung nach Aufruf (30 s):	0,30	
Überschreitg. Einturnzeit (n. Verwarng.):	0,30	
Sicherstellg. Sprung zw. Brett + Matte:	Sprung ungültig = 0P.	
Hilfeleistung (Anfassen Stuba/Balken/Boden):	1,00	
unerlaubte Anwesenheit Trainer am Balken und am Boden:	0,50	
Zeitüberschreitung (Balken, Boden):	0,10	
Überschreitg. Karenzzeit:	Übung beendet	
keine Benutzung der zusätzl. Landematte:	0,50	
Gebrauch von unerlaubten Zusatzmatten:	0,50	
Sprungbrett auf unerlaubter Unterlage:	0,50	
Bewegung der Zusatzmatte während Übung:	0,50	
in Absprache mit Hauptkmpfrichter	unkorrekte Kleidung (Turnanzug, Schmuck):	0,30
	unkorrekte/unästhetische Polster:	0,30
	Sprechen mit aktivem Kari:	0,30
	and. undiszipliniertes/ausfallendes Verhalten:	0,30
	unheimliche Turnanzüge bei Mannschaftswettk.:	1,00
	unkorrekt Gebrauch von Magnesia:	0,50
	Neuplatzierung/Entfernung von Sprungfedern:	0,50
unerlaubte Veränderung der Gerätemaße:	0,50	