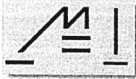
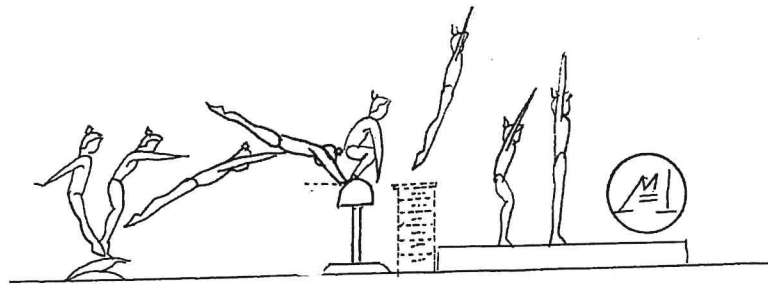


Sprung P2

Ausschreibung	Fehlerhinweise	Abzüge			
		0,1 P.	0,3 P.	0,5 P.	
Anlauf: Sprungaufhocken mit sofortigem Strecksprung vom Kasten in den Stand mit Landung beidbeinig 	<i>Anlauf/Einsprung</i>				
	- Auflaufen auf das Sprungbrett			x	
	<i>Erste Flugphase/Stützphase - Abdruck</i>				
	- unkoordinierter Einsprung/Absprung	x	x	x	
	- zu frühes Anhocken	x	x	x	
	- keine deutliche Stützphase	x	x	x	
	- Nachstützen auf dem Kasten je				1,0
	- Knie nicht zwischen den Händen			x	
	- Aufhocken nur mit einem Bein				2,0
	- Aufknien				3,0
- verzögerter Absprung	x	x	x		
- kein beidbeiniger Absprung vom Kasten				1,0	
	<i>Zweite Flugphase und Landung</i>				
	- weitere Fehler siehe "gerätspezifische Abzüge" und "allgemeine Fehlerabzugstabelle"				

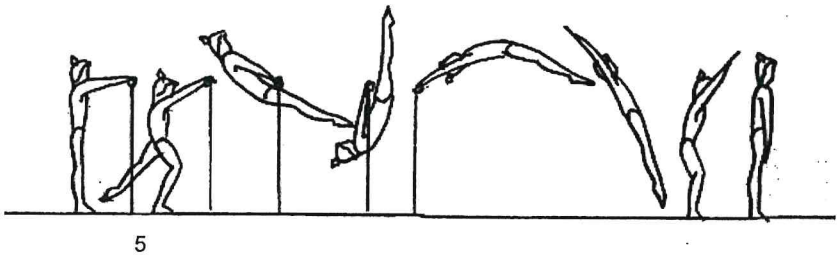
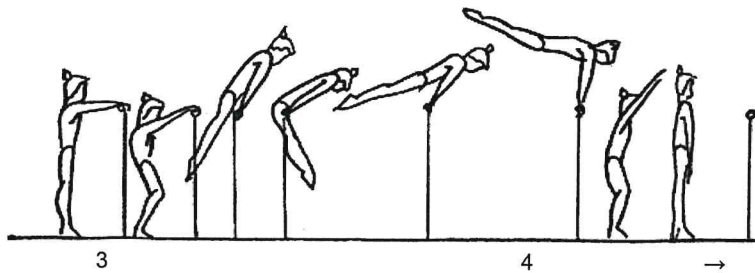
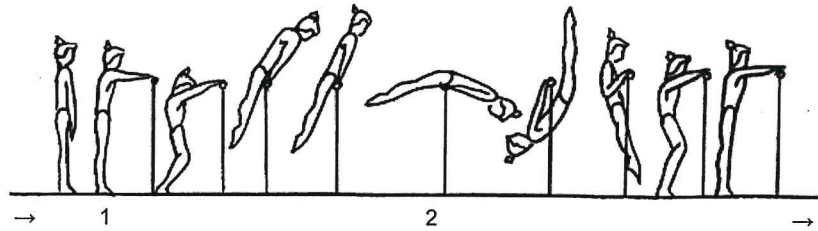


Gerät: Kasten
 Gerätehöhe: 90cm

Reck Pd

Geräthöhe: Schulterhoch

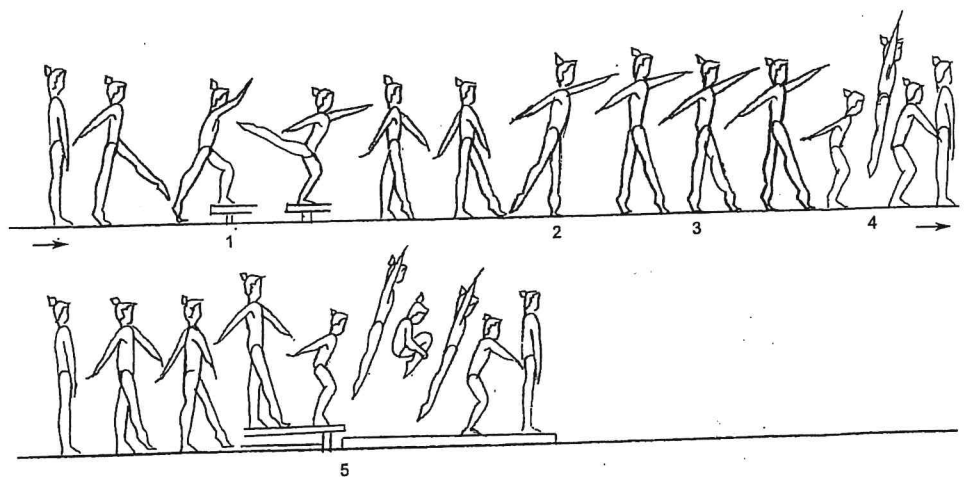
Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				0,1	0,3	0,5
1	Außenseitstand vorlings mit Ristgriff: Beidbeiniger Sprung in den Stütz;	0,2	- Stützaufnahme erfolgt nacheinander - zu starker Hüftwinkel	x		
2	Hüft-Abzug zum Stand vorlings;	0,3	- unkontrolliertes Senken	x	x	x
3	(Wenn nötig Schritt rückwärts in den Stand mit anschließendem) beidbeiniger Sprung in den Stütz;	0,2	- Stützaufnahme erfolgt nacheinander - zu starker Hüftwinkel	x	x	x
4	Vorschwing, Rückschwing mit Niedersprung in den Stand vorlings;	0,3	- fehlender Rückschwing - unkontrollierter Niedersprung	x	x	
5	(Zwischenfedern erlaubt) Felgunterschwung mit Schwungbeineinsatz (auch beidbeinig) in den Stand.	1,0	- keine deutliche Streckphase - ungenügende Höhe (Hüfte unter Holmhöhe) - ungenügende Weite - ungenügender Felgansatz - Landungsfehler: siehe allgemeine Abzugstabelle	x	x	x



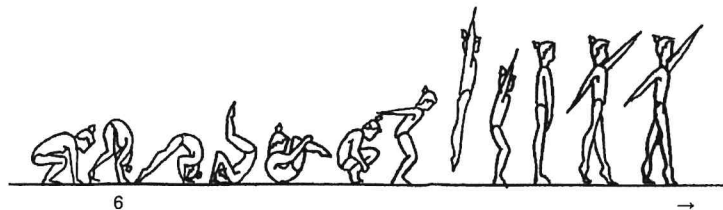
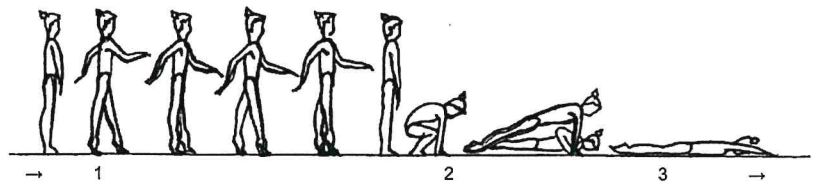
Balken P2

Gerätehöhe: Bankhöhe

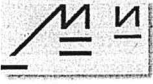
Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Aus dem Querstand vorlings: Aufsteigen mit Rückspreizen eines Beines,	0,3	- fehlendes Rückspreizen		x		
2	1 bis 2 Schritte; Heben in den einbeinigen Ballenstand, 3 bis 4 Schritte im Ballengang;	0,5	- fehlender Ballenstand - fehlender Ballengang je gezeigtem Schritt	x			W.d.E.
3	Nachstellsprung (Chasé);	0,2	- ungenügende Bewegungsweite - Nachstellschritt	x	x	x	W.d.E.
4	Schließen der Beine, Strecksprung;	0,5	- ungenügende Hüftstreckung	x	x	x	
5	Schritte bis zum Ende des Gerätes, Abgang: Beidbeiniger Absprung zum Hocksprung in den Querstand rücklings.	0,5	- ungenügendes Hocken - kein beidbeiniger Absprung - Landungsfehler: siehe allgemeine Abzugstabelle	x	x	x	W.d.E.

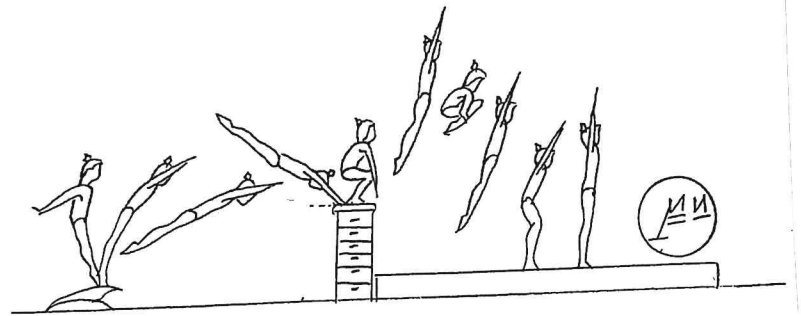


Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				0,1	0,3	0,5
1	Nachstellsprung (Chas-sé) Nachstellsprung (gegengleich) (rechts - links oder links - rechts); Schritt, Schließen der Beine in die Schlusstellung	0,1 0,1	- ungenügende Bewegungsweite	x	x	x
2	Senken in den Hockstand, Aufstützen der Hände, 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 <i>oder</i> 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	0,5	- ungenügende Beintätigkeit	x	x	x
	Ausklang freigestellt.					



Sprung P3

Ausschreibung	Fehlerhinweise	Abzüge			
		0,1 P.	0,3 P.	0,5 P.	
Anlauf: Sprungaufhocken mit sofortigem Hocksprung vom Kasten in den Stand mit Landung beidbeinig 	<i>Anlauf/Einsprung</i>				
	- Auflaufen auf das Sprungbrett			x	
	<i>Erste Flugphase/Stützphase - Abdruck</i>				
	- unkoordinierter Einsprung/Absprung	x	x	x	
	- zu frühes Anhocken	x	x	x	
	- keine deutliche Stützphase	x	x	x	
	- Nachstützen auf dem Kasten je				1,0
	- Knie nicht zwischen den Händen			x	
	- Aufhocken nur mit einem Bein				2,0
	- Aufknien				3,0
	- verzögerter Absprung	x	x	x	
	- kein beidbeiniger Absprung vom Kasten				1,0
	- ungenügendes Aufrichten nach dem Aufhocken	x	x	x	
	<i>Zweite Flugphase</i>				
- ungenügendes Hocken	x	x	x		
- weitere Fehler siehe "gerätspezifische Abzüge" und "allgemeine Fehlerabzugstabelle"					

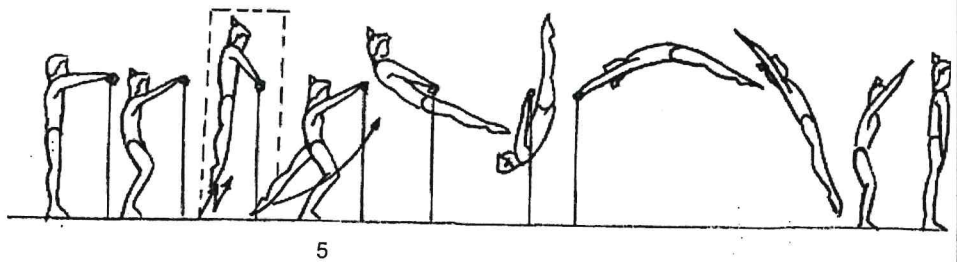
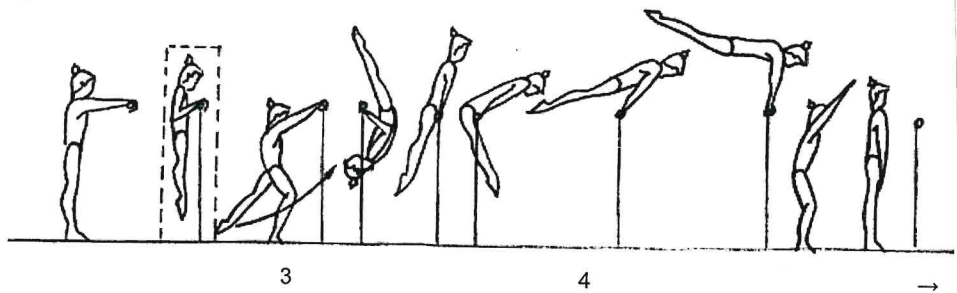
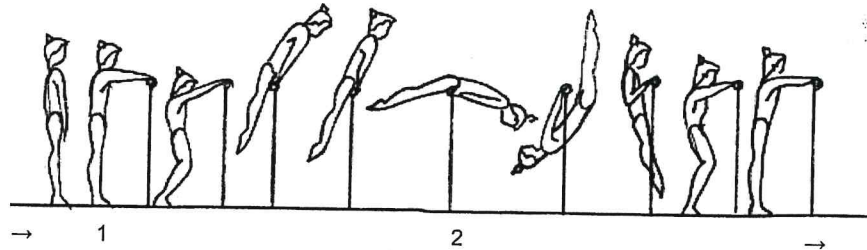


Gerät: Kasten
 Geräthöhe: 90cm

Reck P3

Gerätehöhe: Schulterhoch

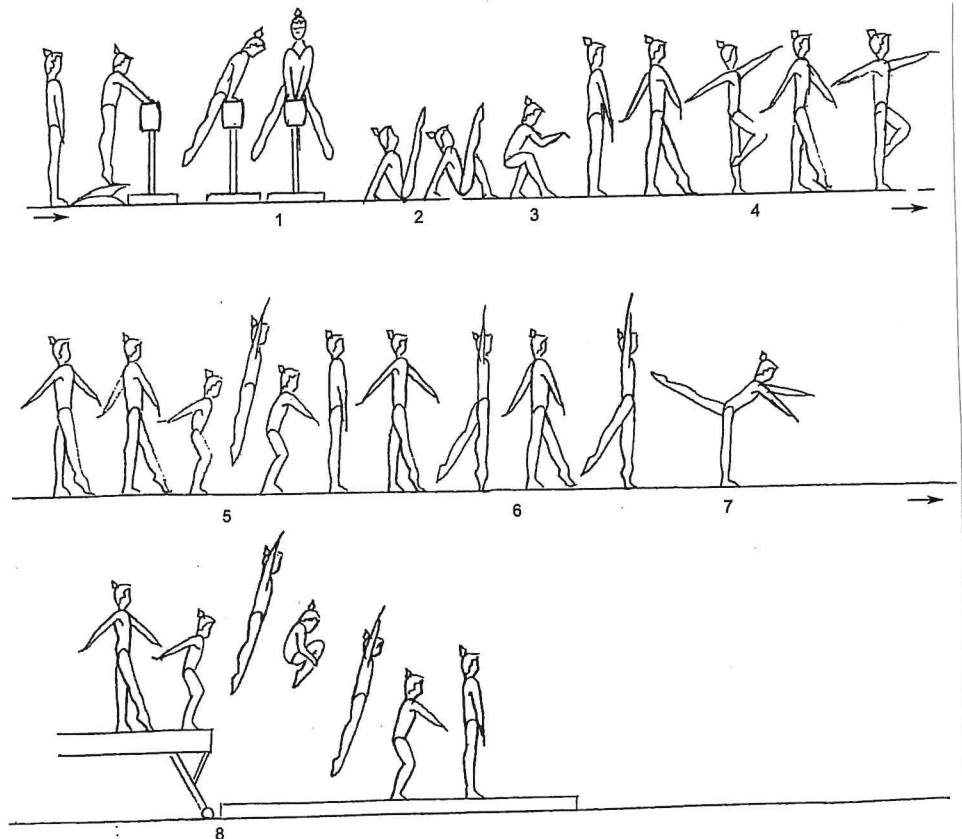
Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Außenseitstand vorlings mit Ristgriff: Beidbeiniger Sprung in den Stütz;	0,2	- Stützaufnahme erfolgt nacheinander - zu starker Hüftwinkel	x	x	x	
2	Hüft-Abzug zum Stand vorlings;	0,3	- unkontrolliertes Senken	x	x	x	
3	Hüft-Aufschwung mit Schwungbeineinsatz (aus dem Stand oder Schritt erlaubt) in den Stütz; oder Hüft-Aufzug in den Stütz;	1,0	- zu starker Hüftwinkel - ungenügende Körperstreckung im Stütz	x	x	x	
4	Vorschwung, Rückschwung mit Niedersprung in den Stand vorlings;	0,5	- fehlender Rückschwung - unkontrollierter Niedersprung	x	x		
5	(Zwischenfedern erlaubt) Felgunterschwung mit Schwungbeineinsatz (auch beidbeinig) in den Stand.	1,0	- keine deutliche Streckphase - ungenügende Höhe (Hüfte unter Holmhöhe) - ungenügende Weite - ungenügender Felgansatz - Landungsfehler: siehe allgemeine Abzugstabelle	x	x	x	



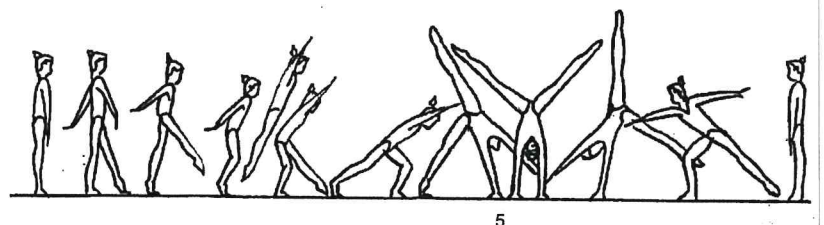
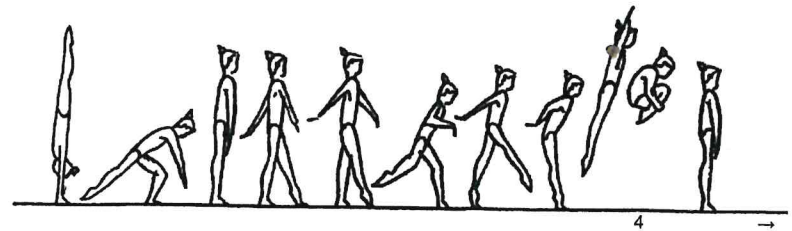
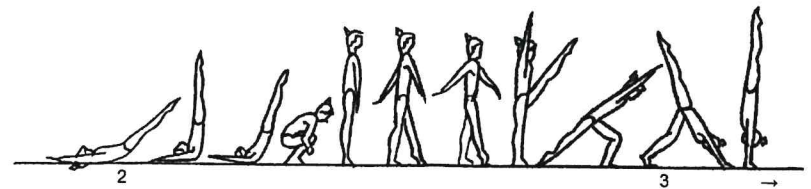
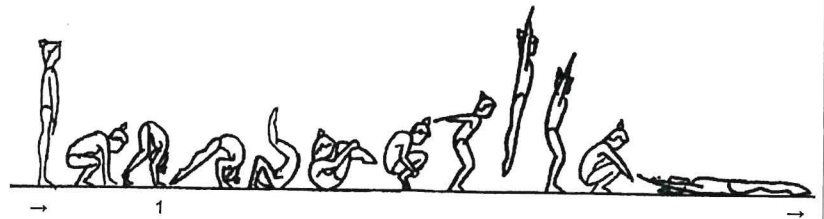
Balken P3

Geräteröhe: 1,0m

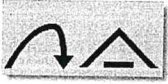
Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Stand vorlings am Schwebebalken: Sprung in den Stütz, Überspreizen eines Beines mit 1/4 LAD in den Grätschsitz;	0,3	- keine deutliche Stützphase - Berühren/Streifen des Balkens beim Überspreizen mit einem Bein	x	x		
2	Aufstützen der Arme hinter dem Körper, Spitzwinkelsitz;	0,3	- BRW > 90° Abweichung				W.d.E.
3	Anhocken eines Beines, Aufrichten über die Schrittstellung in den Stand;	0,3	- Aufrichten mit Nachstützen der Hände			x	
4	1 bis 2 Schritte, Stand auf einem Bein, Schritt, Stand auf dem anderen Bein gegengleich (rechts - links oder links - rechts, Spielbeine beliebig),	0,1					
		0,1					
5	1 bis 2 Schritte, Schließen der Beine, Strecksprung;	0,3	- ungenügende Hüftstreckung	x	x	x	
6	1 bis 2 Schritte, Heben in den einbeinigen Ballenstand, Schritt, Heben in den einbeinigen Ballenstand gegengleich, (rechts - links oder links - rechts, Spielbeine beliebig);	0,3	- kein Ballenstand				W.d.E.
		0,3	- kein Ballenstand				W.d.E.
7	1 bis 2 Schritte, Standwaage (Haltezeit 2 Sek. möglich);	0,5	- Spielbein in der Waagerechten - Spielbein unter der Waagerechten		x		W.d.E.
8	Schritte bis zum Balkenende, Abgang: Hocksprung.	0,5	- kein beidbeiniger Absprung - ungenügendes Hocken - Landungsfehler: siehe allgemeine Abzugstabelle	x	x	x	W.d.E.

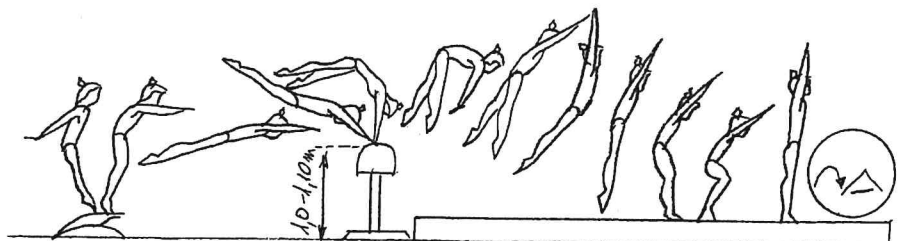


Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				0,1	0,3	0,5
1	Aus dem Stand - VERBINDUNG: Rolle vw - Strecksprung;	0,2 0,1	- ungenügende Stützphase - Nachstützen der Hände	x	x x	x
2	Senken in die Rückenlage, Zurückrollen in die flüchtige Kerze , Abrollen und Aufrichten beidbeinig oder über die Schrittstellung in den Stand;	0,5	- ungenügende Hüftstreckung - Nachstützen der Hände	x	x x	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	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 x	x x x x	x x x x
Ausklang freigestellt.						



Sprung P4

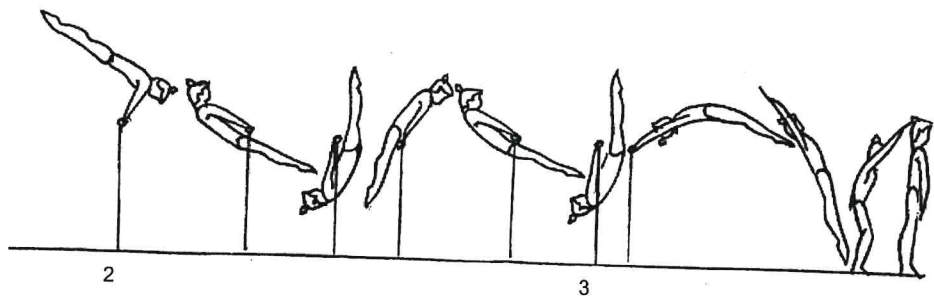
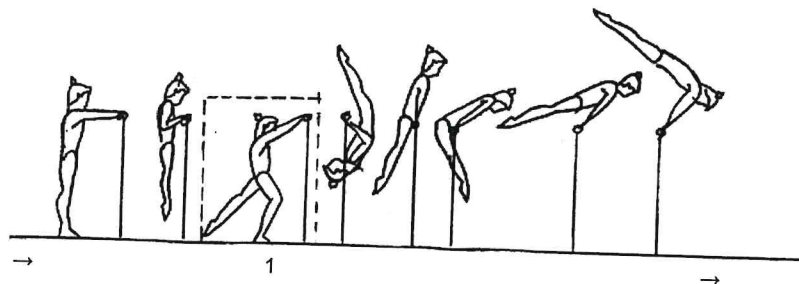
Ausschreibung	Fehlerhinweise	Abzüge			
		0,1 P.	0,3 P.	0,5 P.	
Anlauf: Sprunggrätsche 	<i>Erste Flugphase</i> - Körper unter der Waagerechten	x	x	x	1,0
	<i>Stütz-/Abdruckphase</i> - zu langer Stütz - Berühren/Streifen des Gerätes mit den Beinen oder Gesäß - Aufsitzen	x	x	x	1,0 1,0
	Sprung ungültig = 0 Punkte				
	<i>Zweite Flugphase und Landung</i> - weitere Fehler siehe "gerätspezifische Abzüge" und "allgemeine Fehlerabzugstabelle"				



Gerät: Bock
 Gerätehöhe: 1,00 m oder 1,10 m

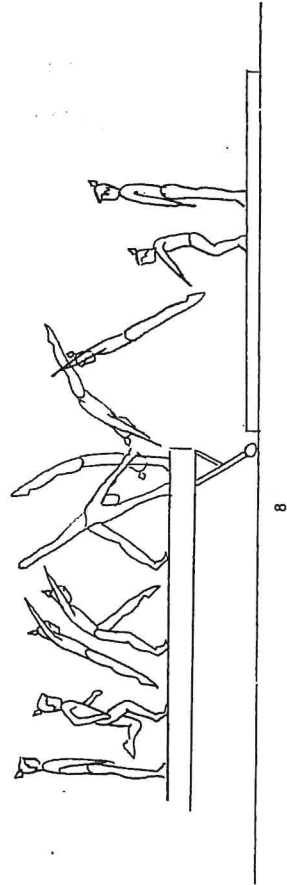
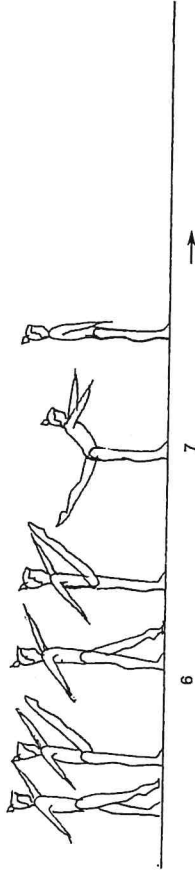
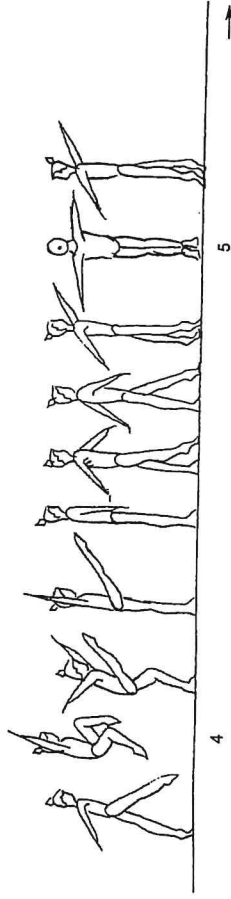
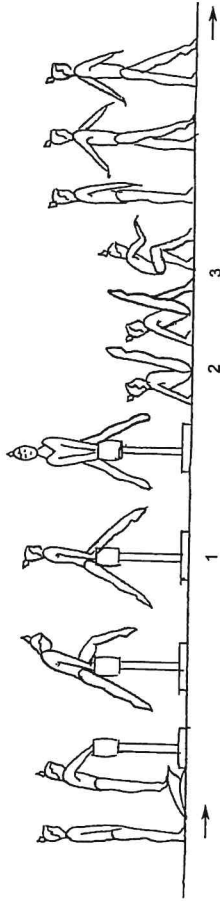
Reck P4

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				0,1	0,3	0,5
1	Außenseitstand vorlings mit Ristgriff: Hüft-Aufschwung mit Schwungbeineinsatz (aus dem Stand oder Schritt erlaubt) in den Stütz; oder Hüft-Aufzug in den Stütz;	1,0	- zu starker Hüftwinkel - ungenügende Körperstreckung im Stütz	x	x	x
				x	x	x
2	Vorschwung, Rückschwung mit anschließendem Hüft-Umschwung rw ;	1,5	- fehlender Rückschwung - zu starker Hüftwinkel	x	x	x
3	mit direkt anschließendem Felgunterschwingung in den Stand.	1,5	- Pause/Rhythmusfehler nach dem Umschwung - keine deutliche Streckphase - ungenügende Höhe (Hüfte unter Holmhöhe) - ungenügende Weite - ungenügender Felgansatz - Landungsfehler: siehe allgemeine Abzugstabelle	x	x	x



Gerätehöhe: Schulterhoch

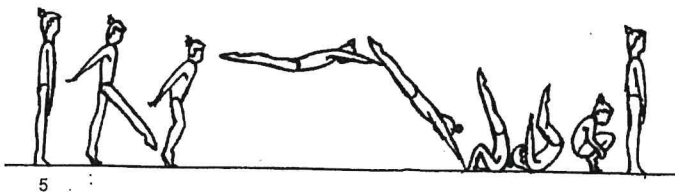
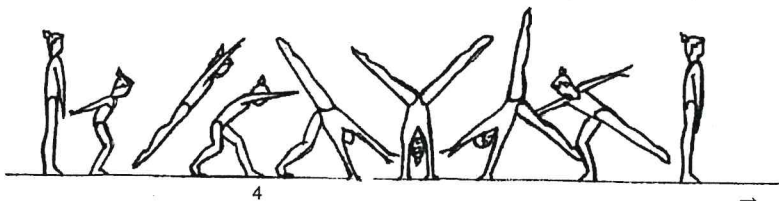
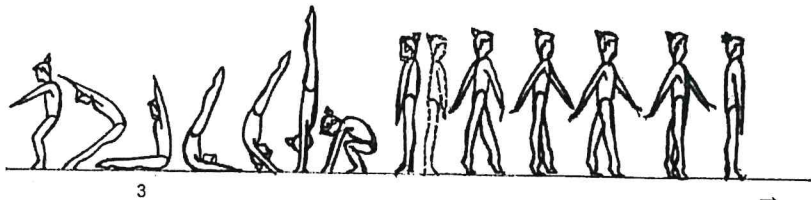
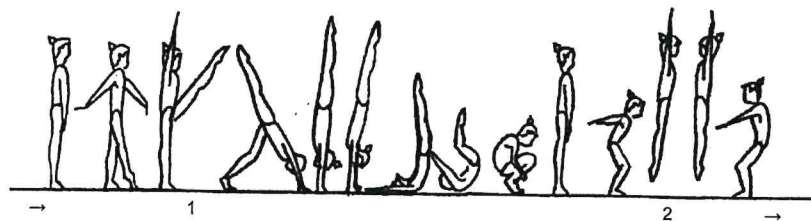
Balken P4



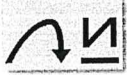
Gerätehöhe: 1,0m

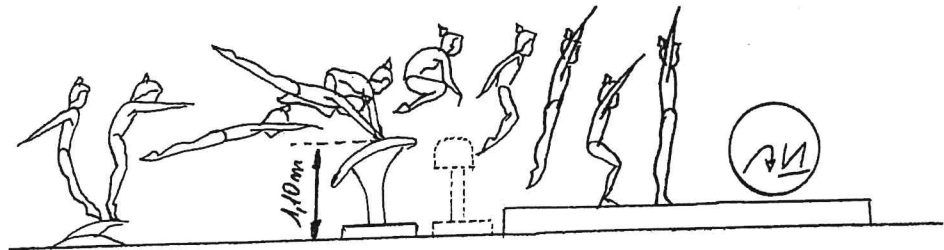
Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge				
				0,1	0,3	0,5		
1	Stand vorlings am Schwebebalken: Sprung in den Stütz, Überspreizen eines Beines, 1/4 LAD in den Grätschsitz;	0,5	<ul style="list-style-type: none"> - keine deutliche Stützphase - Berühren/Streifen des Balkens beim Überspreizen mit einem Bein 	x	x			
2	Aufstützen der Arme hinter dem Körper, Spitzwinkelsitz;	0,5	<ul style="list-style-type: none"> - BRW > 90° Abweichung 					W.d.E.
3	Anhocken eines Beines, Aufrichten über die Schrittstellung in den Stand;	0,5	<ul style="list-style-type: none"> - Aufrichten mit Nachstützen der Hände 				x	
4	1 bis 2 Schritte, Pferdchensprung;	0,5	<ul style="list-style-type: none"> - ungenügende Beintätigkeit 	x	x		x	
5	1 bis 2 Schritte, 1/2 LAD im beidbeinigen Ballenstand;	0,5	<ul style="list-style-type: none"> - fehlender Ballenstand - Drehung nicht vollendet 		x			W.d.E.
6	1 bis 2 Schritte mit Vorspreizen, Vorspreizen gegen gleich, (rechts - links oder links - rechts)		<ul style="list-style-type: none"> - ungenügende Amplitude je 	x	x		x	
7	1 bis 2 Schritte, Standwaage (Haltezeit 2 Sek. möglich);	0,5	<ul style="list-style-type: none"> - Spielbein in der Waagerechten - Spielbein unter der Waagerechten 		x			W.d.E.
8	Abgang: Anlauf (Anhüpf erlaub), Rondat (Radwende).	1,0	<ul style="list-style-type: none"> - fehlender Anlauf oder Anhüpf er - Abweichen von der Senkrechten - ungenügender ARW - zu spätes Schließen der Beine - ungenügender Abdruck - ungenügende Weite - Landungsfehler: siehe allgemeine Abzugstabelle 	x	x	x	x	x

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 (Felgrolle erlaubt);	1,0	- kein hoher und sicherer Handstütz - Hände stützen nacheinander - Landung auf den Knien	x	x	x	W.d.E.
4	Nachstellsprung (Chas-sé), Nachstellsprung (gegen- gleich) (rechts - links oder links - rechts); Anhüpfer, Handstütz-Überschlag sw (Rad), Aufrichten mit 1/4 LAD in die Bewegungsrichtung;	0,5	- ungenügende Bewegungs- weite - fehlender Nachstellsprung je - fehlender Anhüpfer - ungenügender ARW - Abweichen von der Senk- rechten - ungenügendes Spreizen der Beine - Abweichen aus der Bewe- gungsrichtung	x	x	x	
5	1 bis 2 Schritte vw mit Einsprung und Absprung (beidbei- nig) zur Sprungrolle;	1,0	- kein beidbeiniger Absprung - ungenügende Flugphase - gebeugte Hüfte - unkontrolliertes Abrollen - keine Flugphase - Nachstützen der Hände	x	x	x	W.d.E.
	Ausklang freigestellt.						



Sprung P5

Ausschreibung	Fehlerhinweise	Abzüge			
		0,1 P.	0,3 P.	0,5 P.	
Anlauf: Sprunghocke 	<i>Erste Flugphase</i> - Körper unter der Waagerechten - zu frühes Anhocken der Beine	x	x	x	1,0
	<i>Stütz-/Abdruckphase</i> - zu langer Stütz - Berühren/Streifen des Gerätes mit den Füßen oder dem Gesäß - Aufhocken - Durchschieben oder seitliches Vorbeiführen der Beine	x	x	x	1,0 1,0 Sprung ungültig = 0 Punkte 2,0
	<i>Zweite Flugphase und Landung</i> - weitere Fehler siehe "gerätspezifische Abzüge" und "allgemeine Fehlerabzugstabelle"				

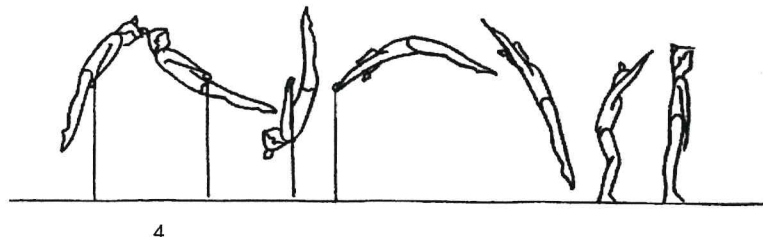
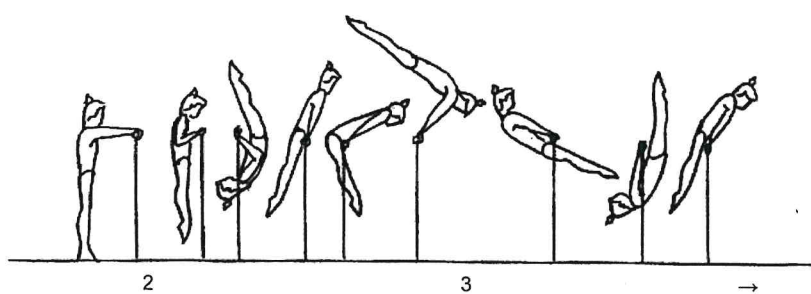
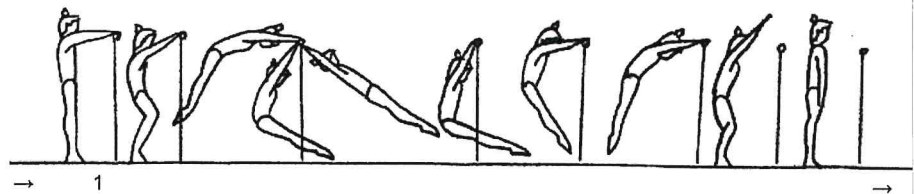


Gerät: Pferd

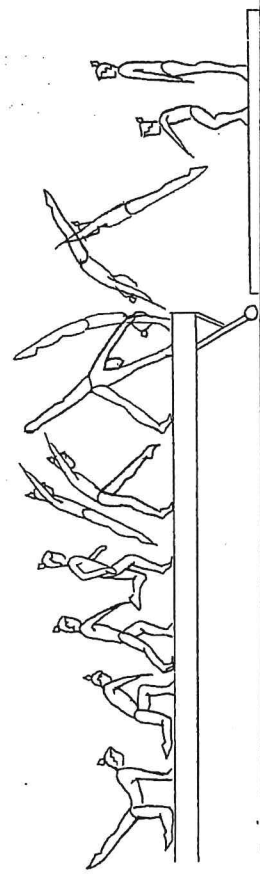
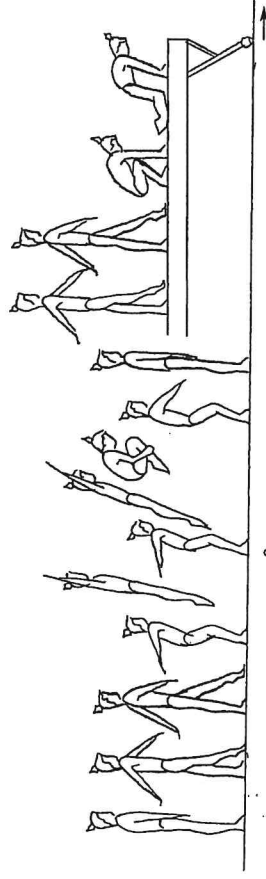
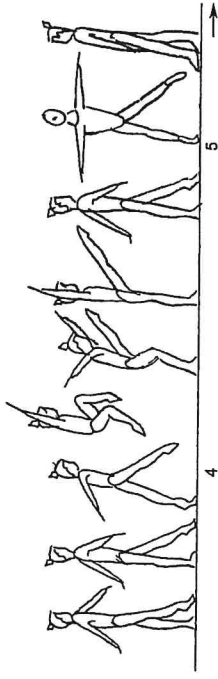
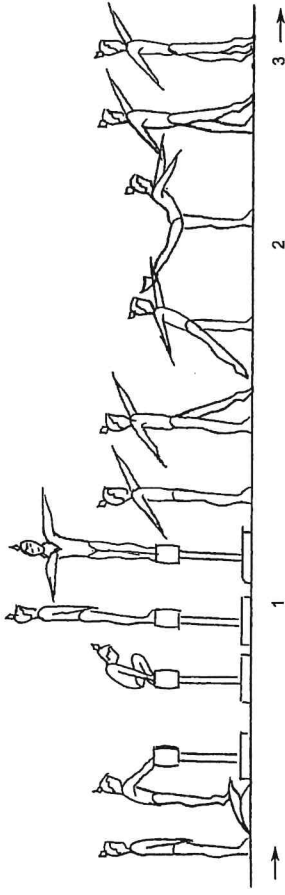
Gerätehöhe: 1,10m

Reck P5
 Gerätehöhe: Schulterhoch

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Außenseitstand vorlings mit Ristgriff: Vorschung, Rückschwung über den Winkelhang in den Stand;	1,5	- ungenügende Körperstreckung - Landung nicht vor dem Holm - gegrätschte Beine	x	x	x	1,0 W.d.E.
2	(Schritt nach vorn erlaubt), Aus dem Stand vorlings: Hüft-Aufzug;	1,0	- aus der Schrittstellung oder mit Schwungbeineinsatz - Absprung zum Hüft-Aufzug - zu starker Hüftwinkel	x	x	x	W.d.E.
3	Vorschung, Rückschwung mit anschließendem Hüft-Umschwung rw;	1,5	- fehlender Rückschwung - zu starker Hüftwinkel	x	x	x	
4	mit direkt anschließendem Felgunterschwung in den Stand.	1,0	- Pause/Rhythmusfehler nach dem Umschwung - keine deutliche Streckphase - ungenügende Höhe (Hüfte unter Holmhöhe) - ungenügende Weite - ungenügender Felgansatz - Landungsfehler: siehe allgemeine Abzugstabelle	x	x	x	



Balzen P5
Gerätehöhe: 1,10m



8

7

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Aus dem Seitstand vorlings: Hockstand Aufrichten mit 1/4 LAD;	1,0					
2	1 bis 2 Schritte, Standwaage (Haltezeit 2 Sek.);	0,5	- Spielbein in der Waagerechten - Spielbein unter der Waagerechten - Haltezeit < 2 Sek.		x		W.d.E.
3	Nachstellsprung (Chassé);	0,2	- ungenügende Bewegungsweise - Nachstellschritt	x		x	W.d.E.
4	1 bis 2 Schritte, Pferdchensprung ;	0,5	- ungenügende Beintätigkeit	x		x	W.d.E.
5	1 bis 2 Schritte, einbeinige 1/2 LAD (Spielbein beliebig);	1,0	- Drehung nicht vollendet				W.d.E.
6	1 bis 2 Schritte, VERBINDUNG: Strecksprung - Hocksprung (Armzug in der Verbindung erlaubt);	0,3 0,5	- ungenügendes Hocken	x		x	
7	1 bis 2 Schritte, Senken über den Hockstand in den Kniestand, Kriewaage (Spielbein gestreckt, mit Stütz der Hände); Aufrichten in die Schrittstellung;	0,5	- Spielbein in der Waagerechten - Spielbein unter der Waagerechten			x	W.d.E.
8	Abgang: Anlauf (Anhüpfen erlaubt), Rondat (Radwende).	0,5	- fehlender Anlauf oder Anhüpfen - Abweichen von der Senkrechten - ungenügender ARW - zu spätes Schließen der Beine - ungenügender Abdruck - ungenügende Weite - Landungsfehler: siehe allgemeine Abzugstabelle	x	x	x	x

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge			
				0,1	0,3	0,5	
1	Beginn der Übung in der Mattenmitte: 2 bis 3 Schritte vw mit Einsprung und Absprung zur Sprungrolle,	1,0	- kein beidbeiniger Absprung - ungenügende Flugphase - gebeugte Hüfte - unkontrolliertes Abrollen - keine Flugphase - Nachstützen der Hände	x	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, Hüpfer mit Vorspreizen (Vorschwingen) des gebeugten Beines (links oder rechts), Schritt, Hüpfer 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 (Fulgrolle erlaubt);	1,0	- kein hoher und sicherer Handstütz - Hände stützen nacheinander - Landung auf den Knien	x	x	x	W.d.E.
7	Absprung zum Quergrätschsprung (mind. 90°), Landung beidbeinig.	1,0	- ungenügender Spreizwinkel	x	x		W.d.E.
	Ausklang freigestellt.						

