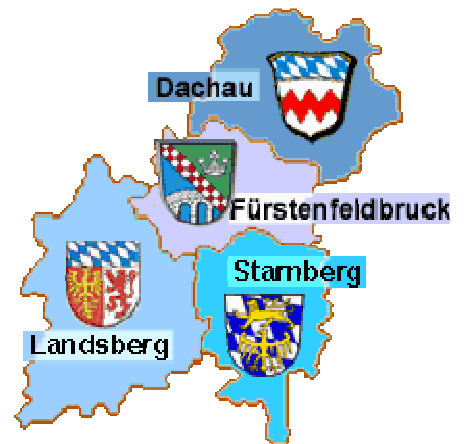




Wertungsvorschrift

Kür männlich

für die Gaurundenwettkämpfe
M14-17 und M18+

Version 4b

14.1.2009

Ersteller: Rupert Schmerbeck

Wertungsvorschrift für M 14-17 und M 18+

Um das Kürturnen bei den Altersklasse M 14-17 und M 18+ auch in diesem Jahr zu ermöglichen, ist es erforderlich, alle Übungen, also auch die P-Übungen Version A, als Kürübung zu bewerten.

Da im Breitensportbereich weder durch die Anwendung der Wertungsvorschriften des Code de Pointage noch durch KM 2 bzw. 3 eine zur erbrachten Leistung passende Wertung ergäbe, wurden die nachfolgenden Wertungsvorschriften in Anlehnung an die Kür modifiziert und den Code de Pointage erstellt.

Als Hilfestellung für die Kampfrichter sind die A-Wertungen für die P5A bis P9A bereits ermittelt worden und hier beifügt.

1. Die A-Note

Das A-Kampfgericht ist für die Bewertung des Inhaltes der Übung und der Vergabe des korrekten Ausgangswertes zuständig. Es muss jedes erlaubte und korrekt ausgeführte Element bewerten. Sehr schlecht ausgeführte Elemente führen zur Nichtanerkennung durch das A-Kampfgericht und zu Abzügen durch das B-Kampfgericht.

1.1 Die Anerkennung von Elementen

Ein Element wird dann nicht vom A-Kampfgericht anerkannt, wenn seine Ausführung signifikant von der beschriebenen Ausführung abweicht oder als nicht erlaubt festgelegt wurde.

Beispiele: (siehe auch bei den jeweiligen gerätespezifischen Ausführungen)

- a) Wenn bei der Bodenübung ein Element außerhalb der Bodenfläche geturnt wird.
- b) Wenn am Reck ein Element mit Füßen auf der Stange geturnt wird und dies nicht ausdrücklich erlaubt ist.
- c) Wenn ein Element so in der Ausführung verändert ist, dass es nicht vereinbar ist mit dem eigentlichen Wert; z.B. wenn
 - ein Kraffelement fast ausschließlich mit Schwung geturnt wird;
 - ein Schwungelement fast ausschließlich mit Kraft geturnt wird;
 - eine gestreckte Körperhaltung eher gebückt oder gehockt ist, oder umgekehrt. In diesen Fällen wird dem Element der Wert des gezeigten Elements zugesprochen;
- d) Wenn das Element mit Hilfeleistung eines/r Trainers/in ausgeführt wird.
- e) Wenn ein Turner während eines Elements auf das Gerät oder vom Gerät fällt, ohne eine Endposition erreicht zu haben, die ein Weiterturnen erlaubt.
- f) Wenn ein Turner es nicht schafft, einen Abgang oder ein Wiederfassen wenigstens momentan zu kontrollieren.
- g) Wenn ein Krafthalteelement oder Halteelement kürzer als eine Sekunde gehalten wird.
- h) Wenn eine Drehung um $>90^\circ$ zu viel oder zu wenig gedreht ist.
- i) Wenn ein Schwungelement $>45^\circ$ von der Endposition abweicht.

1.2 Schwierigkeitswert (A-Wert)

Die Elemente werden gemäß dem Aufgabenbuch in Turnerische Elemente, Nationale Elemente, A-Teile usw. klassifiziert.

Turnerische Elemente (TE) sind alle Elemente, die nicht im gültigen CdP und auf der Nationalen Elementeliste aufgeführt sind, aber darüber hinaus zum allgemein anerkannten Übungsgut des Gerätturnens gehören.

Sie sind für den Turngau Amper-Würm in den jeweiligen Teilelisten aufgeführt.

Die Liste ist abschließend.

Der Schwierigkeitswert der Teile ist wie folgt:

Turnerisches Element	TE	0,1 Punkte
Nationales Element	NE	0,3 Punkte
A-Teil	A	0,5 Punkte
B-Teil	B	0,7 Punkte
C-Teil	C	0,9 Punkte
D-Teil	D	1,1 Punkte
E-Teil	E	1,3 Punkte
F-Teil	F	1,5 Punkte

Diese Elemente gelten für die Anzahl der geforderten Teile.

Der Schwierigkeitswert der Abgänge ist der gleiche wie bei anderen Teilen.

Turnerische Elemente werden nicht als Abgang anerkannt und können damit nicht die Elementgruppe „Abgang“ erfüllen (siehe 1.4). Sie gelten jedoch für die Anzahl der geforderten Teile.

Die Mindestanzahl der geforderten Teile einschließlich Abgang beträgt bei der:

M 14-17	7 Teile
M 18+	8 Teile

Es gelten maximal bis zu 10 Teile für den Schwierigkeitswert.

Elemente dürfen wiederholt werden. Die Wiederholung wird nicht für den Schwierigkeitswert anerkannt.

Elemente, die sich nur durch die Richtung unterscheiden, zählen als das gleiche Element.(z.B. Schere rechts - Schere links oder Rad links – Rad rechts). Es gilt dann die Regelung bezüglich Wiederholungen.

Elemente, die nicht in den Elementlisten enthalten sind, können nicht zum Schwierigkeitswert, also der A-Note beitragen.

1.3 Verbindungsbonus

Es gibt keine Bonuspunkte für Verbindungen.

1.4 Elementgruppen

Mit Hilfe der Elementgruppen bewertet der/die Kampfrichter/in die speziellen Anforderungen, die an einen Turner gestellt werden. Sie sind dazu gedacht, die Vielfalt der Elemente und die Zusammensetzung der Übung zu verbessern.

Jedes Gerät außer Sprung und Boden hat fünf Elementgruppen, gekennzeichnet durch I, II, III, IV und V. Am Boden gibt es nur die Elementgruppen I bis IV. Mit Ausnahme von Boden und Sprung ist die Elementgruppe „Abgang“ mit V gekennzeichnet.

Zur Erfüllung einer Elementgruppe ist mindestens ein Nationales Element (NE) erforderlich.

Am Boden wird die Elementgruppe V „Abgang“ dadurch erfüllt, dass das letzte Element den Elementgruppen II, III oder IV angehört. Dieses Element kann dann aber nicht mehr zur Erfüllung der Elementgruppen II, III oder IV herangezogen werden. Elemente der Elementgruppe I zählen am Boden nicht als Abgang. Sie können jedoch die zugehörige Elementgruppe erfüllen.

Das Erfüllen einer Elementgruppe wird mit jeweils 0,50 Punkten vom A-Kampfgericht bewertet.

1.5 Abgänge

Der Abgang ist immer das letzte Element der Übung.

An Seitpferd, Ringe, Barren und Reck müssen die Abgänge aus der Abgangsgruppe V stammen. Am Boden muss der Abgang den Gruppen II, III oder IV entstammen.

Wenn der Abgang ein Turnerisches Element ist, wird die Elementgruppe V „Abgang“ vom A-Kampfgericht nicht anerkannt.

Unerlaubte Abgänge beinhalten:

- einen Abgang, der mit den Füßen abgedrückt wird (außer am Boden);
- eine Übung ohne Abgang;
- eine Übung mit einem nur teilweise geturnten Abgang;
- ein Abgang, der nicht auf den Füßen landet, einschließlich Elemente zum Abrollen am Boden;
- ein Abgang, der absichtlich seitlich landet.

Diese Elemente führen zur Nichtanerkennung des Elements und der Elementgruppe durch das A-Kampfgericht.

1.6 Berechnung der A-Wertung

Es werden beliebig viele Elemente aus jeder Elementgruppe anerkannt.

Es gibt keine Zeitvorgaben.

Vorgehensweise bei der Berechnung:

- 1) Zuerst werden allen Wiederholungen und nicht anerkannten Elemente gestrichen; (ACHTUNG: Am Boden kann das dazu führen, dass die Elementgruppe V „Abgang“ nicht gezählt wird, weil der Teil schon einmal in der Übung geturnt wurde! Siehe z.B. Bewertung der P9a am Boden)
- 2) Der Abgang wird als erstes Element gezählt, ungeachtet seines Wertes, wenn er mindestens ein NE ist. Das gilt auch für den Boden, außer der letzte Teil musste als Wiederholung gestrichen werden.

- 3) Als nächstes werden die weiteren Elemente mit dem jeweils höchsten Wert gezählt in der Reihenfolge, wie die Elemente in der Übung geturnt werden, maximal mit dem Abgang zusammen 10 Elemente;
- 4) Für jede durch ein zählendes Element erfüllte Elementgruppenanforderung wird 0,5 Punkte addiert.

1.7 Sonstiges

Für die Krafthandstände gilt folgende Regelung:

Name	Arme	Körper	Beine	Wertigkeit
Schweizer	Gestreckt	Gebeugt	Gegrätscht	A
Wiener	Gestreckt	Gebeugt	Geschlossen	B
Drücker 1	Gebeugt	Gebeugt	Gegrätscht	NE
Drücker 2	Gebeugt	Gebeugt	Geschlossen	A
Deutscher 1	Gebeugt	Gestreckt	Geschlossen	B
Deutscher 3	Gestreckt	Gestreckt	Geschlossen	C

2. Die B-Note

Die B-Note beinhaltet Abzüge in zehntel Punkten:

- für Ästhetik und Ausführungsfehler,
- für technische Fehler,
- für Fehler bei der Übungszusammenstellung.

Die Abzüge werden addiert und von der Ausgangs-B-Note abgezogen.

2.1 Ausgangs-B-Note

Wenn der Turner die geforderte Mindestanzahl an Elementen geturnt hat, dann geht die B-Note von 10,0 Punkten aus. Wenn er weniger Elemente turnt, wird die Ausgangs-B-Note abgemindert. Sie ist der folgenden Tabelle zu entnehmen.

Anzahl der Elemente (einschl. Abgang)	B-Note	
	M14-17	M 18+
10	10	10
9	10	10
8	10	10
7	10	9
6	9	8
5	8	7
4	6	6
3	4	4
2	2	2
1	1	1
0	0	0

2.2 Ermittlung der Abzüge durch das B-Kampfgericht

- a. Die Kampfrichter/innen bewerten die Übungen individuell und eigenständig. Sie tun dies innerhalb weniger Sekunden nach dem Übungsende.
- b. Jede Übung wird, sofern keine speziellen Vorgaben vorhanden sind, im Hinblick auf die perfekte Übungsausführung bewertet. Alle Abweichungen von der optimalen Ausführung werden abgezogen.
- c. Die Übung darf nur Elemente enthalten, die der Turner sicher und mit hohem Grad an technischer und ästhetischer Perfektion beherrscht. Die Verantwortung für seine Sicherheit liegt allein bei ihm. Das B-Kampfgericht ist aufgefordert, konsequent alle Fehler in der Übungsästhetik, Ausführung, Komposition oder Technik abzuziehen.
- d. Der Turner darf niemals versuchen, die Schwierigkeit oder die A-Wertung auf Kosten der Ästhetik und technischen Ausführung zu erhöhen.
- e. Jeder Übungsanfang muss mit dem Sprung ans Gerät aus dem Stand, aus einem kurzen Anlauf oder dem ruhigen Hang beginnen. Vorelemente oder Elemente beim Springen ans Gerät sind nicht erlaubt. Diese Regel gilt nicht für den Sprung. Hier gelten spezielle Regeln.
- f. Abgänge an allen Geräten, Abgangsbahnen am Boden und die Landung am Sprung müssen im Stand mit geschlossenen Beinen enden. Mit Ausnahme von Boden ist ein Abdruck mit den Füßen vom Gerät nicht gestattet (außer das Element ist ausgeschrieben bzw. in den Elementelisten aufgeführt).
- g. Das B-Kampfgericht hat nichts mit der Bewertung der Schwierigkeit der Übung zu tun. Der/die B-Kampfrichter/in muss dieselben Fehler bei verschiedenen Elementen gleich abziehen, ohne Rücksicht auf die Schwierigkeit des Elements.
- h. Am Reck ist eine Riesenfelge vor Flugelementen oder Abgängen oft technisch modifiziert. Es sollte nicht abgezogen werden, wenn sie nicht genau durch den Handstand geturnt wird, es sei denn, sie sind unnötig oder so extrem verändert dass Technik und Haltung darunter leiden.
- i. Wenn aus irgendeinem Grund ein/e Kampfrichter/in keine zweifelsfreie Entscheidung treffen kann, so entscheidet er/sie im Zweifel immer für den Turner.
- j. Das B-Kampfgericht soll für zwei klar voneinander abzugrenzende Fehler in einem Element auch zweimal abziehen, zum Beispiel wenn das Element sowohl Haltungs- als auch Technikfehler aufweist. Am Barren zum Beispiel können bei einer Stützkehre gebeugte Beine und eine ungenügende Amplitude abgezogen werden.

2.3 Bestimmung der Körperposition und Fehler

- a. Jedes Element soll, wie oben ausgeführt, in optimaler Haltung zur perfekten Endposition geturnt werden.
- b. Alle Abweichungen von der perfekten Körperposition werden als Ausführungs- oder Technikfehler angesehen und dementsprechend von den Kampfrichtern bewertet. Ob es sich um einen kleinen, mittleren oder groben Fehler handelt, wird durch den Grad der Abweichung von der korrekten Ausführung bestimmt. Für eine bestimmte Abweichung wird jedes Mal derselbe Abzug vorgenommen.

- c. Die folgenden Abzüge gelten für jede Art von Technik- oder Ausführungsfehler. Die Abzüge müssen vorgenommen werden ohne Rücksicht auf die Schwierigkeit des Elements:

- | | |
|-------------------|-------------------|
| - kleine Fehler | Abzug 0,10 Punkte |
| - mittlere Fehler | Abzug 0,30 Punkte |
| - große Fehler | Abzug 0,50 Punkte |

d. Fehler

1. Kleine Fehler (Abzug von 0,10 P.)

- jede kleine Abweichung von der perfekten Endposition oder der perfekten technischen Ausführung,
- jede kleine Korrektur der Hand-, Fuß- oder Körperposition,
- jeder kleine Verstoß gegen die Haltungs- und Technikanforderungen.

2. Mittlere Fehler (Abzug von 0,30 P.)

- jede deutliche Abweichung von der perfekten Endposition oder der perfekten technischen Ausführung,
- jede deutliche Korrektur der Hand-, Fuß- oder Körperposition,
- jeder deutliche Verstoß gegen die Haltungs- und Technikanforderungen.

3. Große Fehler (Abzug von 0,50 P.)

- jede große Abweichung von der perfekten Endposition oder der perfekten technischen Ausführung,
- jede große Korrektur der Hand-, Fuß- oder Körperposition,
- jeder volle Zwischenschwung
- jeder schwere Verstoß gegen die Haltungs- und Technikanforderungen.

4. Sturz oder Hilfeleistung (Abzug von 0,80 P.)

- jeder Sturz auf das oder von dem Gerät während eines Elements, ohne eine Endposition erreicht zu haben, die das Fortsetzen der Übung, wenigstens mit einem Zwischenschwung, erlaubt;
- mangelnde Kontrolle beim Wiederfassen und der Landung,
- jede Hilfeleistung, die zur Vervollständigung des Elements beiträgt.
(Wenn ein Element ohne Hilfestellung überhaupt nicht geschafft würde, dann wird es auch in der A-Wertung nicht anerkannt!)

- e. Nach einem Sturz vom oder auf das Gerät hat der Turner 30 Sek. Zeit, die Übung fortzusetzen. Er darf die nötige Anzahl an Elementen oder Bewegungen machen, um zum Anfangspunkt zu kommen. Diese Elemente müssen aber mit Perfektion geturnt werden. Es ist erlaubt, das nicht beendete Element zu wiederholen, um den Schwierigkeitsbonus zu erhalten, außer der Sturz entsteht beim Abgang oder am Sprung.
- f. Ausführungsfehler wie gebeugte Arme, gebeugte Beine, Bein-Rumpfwinkel oder Arm-Rumpfwinkel werden wie folgt eingestuft:
- | | |
|------------------|-------------------|
| kleiner Fehler | leichte Beugung |
| mittlerer Fehler | deutliche Beugung |
| großer Fehler | große Beugung |
- g. Bei Krafthalte- oder einfachen Haltepositionen an einem beliebigen Gerät bestimmen die Winkelabweichungen von der perfekten Halteposition den Grad des technischen Fehlers und die entsprechenden Abzüge:

Wertung M 14-17 und M 18+

kleiner Fehler (0,1 P.)	mittlerer Fehler (0,3 P.)	großer Fehler (0,5 P.)	keine Anerkennung A-Note + 0,5 P. Abzug B-Note
bis zu 15°	16° - 30°	31° - 45°	> 45°



- h. Ein Heben aus einem statischen Element, das aus irgendeinem Grund nicht anerkannt wurde, wird auch nicht anerkannt.
- i. Wenn das vorangegangene Kraftelement Abzüge für nicht korrekte Technik oder Position erhalten hat, dann werden dieselben Abzüge (bis 0,50 P.) auch bei einem Heben aus diesem Element vorgenommen, wenn dadurch das Heben erleichtert wurde. Diese Interpretation gilt nur für den Fall, dass eine hohe Haltepositionen oder eine schlechte Technik das nachfolgende Heben vereinfacht.
- j. Abzüge für Winkelabweichungen von der perfekten Halteposition können auch auf Schwungelemente angewendet werden. Meistens ist die perfekte Endposition hier der perfekte Handstand oder während Pauschenpferdflanken ein perfekte Quer- oder Seitstützposition.

Für Schwungelemente gilt folgendes:

- An Boden, Pauschenpferd, Ringen, Barren und Reck sollen die meisten Elemente eher durch als in den Handstand geturnt werden, da sonst der Rhythmus der Übung unterbrochen wird. Deshalb ist eine Abweichung von 15° ohne Abzüge erlaubt.
- Am Pauschenpferd sollen Flanken und andere Elemente im perfekten Quer- oder Seitstütz oder mit einer maximalen Abweichung von 15° geturnt werden. Abzüge werden jedes Mal fällig, wenn eine Winkelabweichung in der Übung auftritt. Das bedeutet, das B-Kampfrichter zieht jede verdrehte Flanke ab.

Bei Schwungelementen durch oder in den Handstand oder einer Kreisflanke werden Abweichungen wie folgt bestraft:

kleiner Fehler (0,1 P.)	mittlerer Fehler (0,3 P.)	großer Fehler (0,5 P.)	keine Anerkennung A-Note + 0,5 P. Abzug B-Note
bis zu 15°	16° - 30°	31° - 45°	> 45°

- k. An den Ringen darf die Hode der Schultern bei Schwüngen in eine Krafthalteposition nie die Endposition übersteigen. Wenn die Schultern über die Endposition gehoben werden, werden folgende Abzüge vorgenommen:

kleiner Fehler (0,1 P.)	mittlerer Fehler (0,3 P.)	großer Fehler (0,5 P.)	keine Anerkennung A-Note + 0,5 P. Abzug B-Note
bis zu 15°	16° - 30°	31° - 45°	> 45°

- l. Ein Halteelement muss für mindestens 2 Sek. gehalten werden, gemessen von dem Moment an, in dem die Bewegung endet und die Position erreicht ist. Elemente, die kürzer als 1 Sek. gehalten werden, werden als großer Fehler gewertet und nicht vom A-Kampfrichter anerkannt.

kleiner Fehler (0,1 P.)	mittlerer Fehler (0,3 P.)	keine Anerkennung A-Note + 0,5 P. Abzug B-Note
1-2 Sek.	1 Sek.°	< 1 Sek.

- m. Eine korrekte Landung ist eine vorbereitete Landung, keine, bei der es zufällig zu einer Endposition im Stand kommt. Ein Element sollte so perfekt geturnt werden, dass es vollständig beendet ist und der Turner Zeit hat, die Drehung zu reduzieren und rechtzeitig vor der Landung zu öffnen.

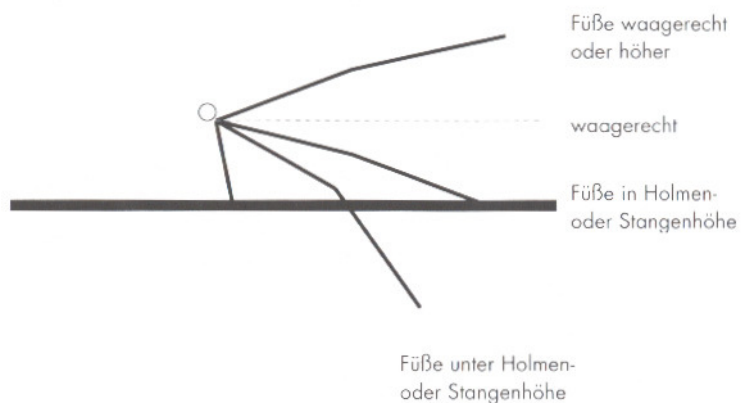
2.4 Tabelle für allgemeine Fehler und Abzüge

2.4.1 Technische Ausführungsfehler

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P
Abweichungen bei Schwüngen zum oder durch den Handstand oder bei Kreisflanken am Pauschenpferd	15 – 30°	31 – 45°	> 45° und Nichtanerkennung
Winkelabweichungen von perfekten Haltepositionen	Bis 15°	16 – 30°	31 – 45° > 45° und Nichtanerkennung
Heben aus einer unkorrekten Halteposition	Gleiche Abzüge wie bei dem vorhergehenden Krafthalteteil		
unvollständige Drehungen	Bis 30°	30 – 60°	61 – 90° > 90° und Nichtanerkennung (Ausnahme Reck)
Fehlende Höhe oder Amplitude bei Salto- und bei Flugelementen	X	X	X
Abzüge bei Rückschwüngen nach Kippen, Stemmen, Felgen usw. die in eine niedrigere Position führen (einfache Schwungumkehr) – Füße waagrecht und höher kein Abzug – siehe Abbildung	Füße zw. waagrecht und Holmen- oder Stangenhöhe	Füße unter Holmen- oder Stangenhöhe	
Zusätzlicher Stütz oder Zwischenstütz mit der Hand	X		

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P
Schwung mit Kraft oder umgekehrt	X	X	X
Dauer der Halteteile (mind. 2 Sek.)	1 – 2 Sek.	1 Sek.	<1 Sek und Nichtanerkennung
Unterbrechung der Aufwärtsbewegung	X	X	X
zwei oder mehr Versuche bei einem Halte- oder Krafthalteteil		X	X
Unsicherheit im oder Überfallen aus dem Handstand		Schwingen oder große Unsicherheit	Überfallen
Sturz vom oder auf das Gerät			0,80 P.
Zwischenschwung		Halber Zwischen- schwung	Ganzer Zwischen- schwung
Hilfeleistung durch den Trainer bei der Ausführung eines Elements			0,80 P. und Nichtanerkennung
Fehlende Streckung während der Vorbereitung auf die Landung	X	X	
Andere technische Fehler	X	X	X

Abzüge bei einfacher Schwungumkehr



2.4.2 Ästhetische und Ausführungsfehler (Haltungsfehler)

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P
undeutliche Position (gehockt, gebückt, gestreckt)	X	X	X
Korrektur der Hand- oder Griffposition (jedes mal)	X		

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P
Laufen im Handstand oder Hüpfen (pro Schritt oder Hüpfen)	X		
Berühren des Gerätes oder des Bodens		X	
Anschlagen an das Gerät oder auf den Boden			X
Berühren des Turners durch den/die Trainer/in während der Übung, ohne ihn zu unterstützen (Element wird allein geturnt)		X	
Unterbrechung der Übung ohne Sturz			X
gebeugte Arme, gebeugte Knie, geöffnete Beine	X	X	X
schlechte Körperhaltung oder Haltungskorrekturen in der Endposition	X	X	X
Saltos mit geöffnete Knien oder Beinen	≤ Schulterbreite	> Schulterbreite	
geöffnete Beine bei der Landung	≤ Schulterbreite	> Schulterbreite	
Unsicherheit, kleiner Korrekturen der Füße oder übermäßige Armschwünge bei der Landung	X		
Verlust des Gleichgewichtes während der Landung	kleine Schritte oder Hüpfen, 0,1 P. pro Schritt	große Schritte oder Hüpfen oder Berührung der Matte mit einer oder zwei Händen	Aufstützen mit einer oder zwei Händen
Sturz während der Landung			0,80 P.
Sturz während der Landung, ohne dass die Füße zuerst die Mattenlage berühren			0,80 P. und Nichtanerkennung
untypisches Grätschen der Beine		X	
andere ästhetische Fehler	X	X	X

Die Tabellen für die Beurteilung der Fehler entsprechen den Nummern 1.6 und 1.7 des Aufgabenbuches „Geräturnen männlich“, Ausgabe 2008 des DTB.

3. Symbolschrift

4. Boden

4.1 Beschreibung der Bodenübung

- Fläche: 12 x 12 m; alternativ: Mattenbahn 17,0 m;
- besteht hauptsächlich aus akrobatischen Elementen;
- kombiniert mit Kraft-, Balance- und Handstandelementen;
- choreographische Kombinationen mit Rhythmus.

4.2 Übungsausführung

Informationen über die Ausführung / Präsentation der Übung:

1. Beginn der Übung:
Innerhalb der Bodenfläche (auf der Mattenbahn) aus dem Stand, mit geschlossenen Beinen. Die Bewertung beginnt mit der ersten Bewegung des Turners.
2. Die Übung darf nur Elemente enthalten, die der Turner sicher und mit einem hohen Grad an technischer Sauberkeit und Ästhetik beherrscht.
3. Weitere Anforderungen an die Übung:
 - a) Elemente werden nur auf der Bodenfläche / Mattenbahn geturnt. Alle außerhalb begonnenen Elemente werden vom B-Kampfgericht normal bewertet, aber vom A-Kampfgericht nicht anerkannt.
 - b) Die Bodenfläche muss durch Linien gekennzeichnet sein. Sie sind Teile der Bodenfläche. Sie dürfen betreten, aber nicht übertreten werden.
Es werden folgende Abzüge vorgenommen:

- ein Fuß oder eine Hand außerhalb der Fläche	0,10 Punkte,
- zwei Hände oder Füße oder andere Körperteile außerhalb	0,30 Punkte,
- direkte Landung außerhalb der Fläche	0,50 Punkte,
- Element außerhalb begonnen:	keine Anerkennung durch das A-Kampfgericht.

Der Abzug wird vom Oberkampfrichter bzw. vom A-Kampfgericht vorgenommen.
 - c) Eine Pause vor einer akrobatischen Bahn darf 2 Sek. nicht überschreiten.
 - d) Es muss ein sichtbarer Stand nach einer akrobatischen Reihe zu erkennen sein, bevor weitergeturnt wird. Direkte Übergänge, z.B. in den Liegestütz, sind nicht gestattet.
 - e) Rollen oder Elemente zum Abrollen müssen einen Stütz der Hände aufweisen. Ein Abrollen über den Handrücken oder ohne Hände ist nicht gestattet.
 - f) Handstände müssen zur Erfüllung spezieller Anforderungen gestanden werden.

4.3 Informationen zur A-Wertung

Elementgruppen

- I nicht akrobatische Elemente
- II akrobatische Elemente vorwärts
- III akrobatische Elemente rückwärts
- IV akrobatische Elemente seitwärts, Rückwärtssprünge mit halber Drehung und Salto vorwärts, Vorwärtssprünge mit halber Drehung und Salto rückwärts.
- V **letzter Teil der Übung, wenn er der Elementgruppe II, III oder IV angehört.**

Abgang

- Der Abgang kann kein Element der Gruppe I sein.
- Der Abgang kann auch mit einem zusätzlichen Absprung bzw. Strecksprung abgeschlossen werden, ohne diesen zu entwerten – z.B. Flick-Flack, Rondat.

4.4 Zusätzliche Informationen und Regeln

- a) 3/2 Salto-Elemente mit Landung im Handstand oder direktem Abdruck von den Händen sind nicht gestattet.
- b) Alle erlaubten Elemente, die zum Abrollen oder im Liegestütz enden, sind aufgeführt. Neue Elemente dieser Art sind aus Sicherheitsgründen verboten.
- c) Außer anders angegeben, haben Kreis- und Thomasflanken-Elemente den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer
- d) Nicht aufgeführte Krafftelement mit gegrätschten Beinen sind nicht gestatten.

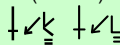
Hinweis: Es gibt keine Beschränkung der Anzahl von Elementen zum Abrollen oder zum Liegestütz.

Wenn auf Bodenbahnen geturnt wird, sind einfache Schritte zum Erreichen des Bahnendes zulässig (Das gilt für die Bahnen, die auf eine Fläche nicht in der Diagonalen geturnt werden).

4.5 B-Abzugstabelle

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P
ungenügende Höhe bei akrobatischen Elementen	X	X	
ungenügende Beweglichkeit bei gymnastischen und statischen Elementen	X	X	
akrobatische Elemente mit Abrollen ohne Aufstützen der Hände		auf den Handrücken	ohne Aufstützen
Pause vor akrobatischen Elemente (>2 Sek.)	X		
unkontrollierte Landung bei Übergängen	X	X	Sturz = 0,8 P.
einfache Schritte oder Transport zum Erreichen der Ecke	X jedes Mal		
<u>Abzüge von der Endnote</u>			
nichtakrobatische Abgänge und nicht erlaubte Abgänge (Rolle)	Keine Anerkennung durch das A-Kampfgericht		
Berühren des Bodens mit einem Fuß oder einer Hand außerhalb der Bodenfläche	X		
Berühren des Bodens mit beiden Füßen, beiden Händen, einer Hand oder einem Fuß und einem anderen Körperteil außerhalb der Bodenfläche		X	
Landung außerhalb der Bodenfläche			X
außerhalb der Bodenfläche begonnene Elemente	Keine Anerkennung durch das A-Kampfgericht		

4.6 Elementetabelle

Übersicht aller Teile des CdP 2006, der Nationalen und der Turnerischen Elemente (Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit und z.T umgangssprachlich) Abkürzungen: a.d. = aus dem; i.d. = in den; m. = mit, z. = zum; b. = beide; Handst. = Handstand; Gr. = Griff; Dreh. = Drehung; Schw. = Schwung; Lst. = Liegestütz; gespr. = gesprungen; gegr. = gegrätscht									
Boden	TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile= 0,7	C-Teile= 0,9	D-Teile= 1,1	E-Teile= 1,3	F-Teile= 1,5
		Elementgruppe I: Keine akrobatischen Elemente		a.d.Handst. Senken i.d. Winkel-/ Grätsch- Winkelstütz (2 Sek.) 	Spitzwinkel- stütz (2 Sek.) 	Spitzwinkel- stütz mit Beine waagrecht (Manna) (2 Sek.) 			
Grätsch- winkelstand (2 Sek.)				Schweizer (2 Sek.) a.d. Grätsch- stand	Heben z. Handstand (2 Sek.) geb. oder a.d. Bauchlage gestr.	Spitzwinkel- stütz (2 Sek.) Heben i.d. Handstand (2 Sek.)	Manna (2 Sek.) Heben i.d. Handstand (2 Sek.)		
			Heben i. d. Handstand, mit geb. Armen u. geb.Hüfte	a.d. Bauch- lage Schwingen i.d. Handst. (2 Sek.)	Schweizer (2 Sek.) a.d. Spagat/ Liegest./ Winkel-/ Grätsch- winkelstütz	Manna (2 Sek.) Ausschultern durch den Handstand	Manna (2 Sek.) Ausschultern i.d. Handst. (2 Sek.)		
Abspringen / Aufschw. zum Handstand			Handstand, Abrollen	Handstand (2 Sek.)	Senken / Schwingen i.d. Kopf-kreuz (2 Sek.)	Heben i.d. Kopfkreuz (2 Sek.)			
			Ellenbogen- stützwaage (2 Sek)	Stützwaage gegrätscht (2 Sek.)	Stützwaage (2 Sek.)	Schwalbe (2 Sek.)			
				Handstand, 1/2 o. 1/1 Drehung	Stützwaage (2 Sek.) gegr. Heben z. Handst. (2 Sek.)	Stützwaage (2 Sek.) Heben z. Handstand (2 Sek.)	Schwalbe (2 Sek.) Heben z. Kopfkreuz (2 Sek.)		
			Winkel- oder Grätsch- winkelstütz (2 Sek.)	a.d. Spitzwin- kelst. Drehung rw. i.d. Grätschst.					
				Endorolle i.d. Handst. 2 Sek.	Endorolle geb. i.d. Handstand (2 Sek.)				

TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile= 0,7	C-Teile= 0,9	D-Teile= 1,1	E-Teile= 1,3	F-Teile= 1,5
	Elementgruppe I: Keine akrobatischen Elemente		Menichelli / Bogengang rw.					
			Bogengang vw.					
			Spagat (2 Sek.)					
Vorhochspr. m 1/2 Dreh. i.d. Stand			Standwaage (2 Sek.)	Standwaage (2 Sek.) im Spagat				
Sprung oder Dreh. auf 1 Bein (mind. 1/2 Dreh.)		Sprung oder Dreh. auf 1 Bein (mind. 1/1 Dreh.)	Sprung m. 1/1 Dreh. z. Liegestütz / Sprung i.d. Handstand (auch m. 1/2 Drehung)	Sprung vw. m. 2/1 Dreh. i.d. Liegest.				
Liegestütz vorlings (2 Sek.)			Sprung rw. m. 1/2 Dreh. i.d. Liegest.	Sprung rw. m. 3/2 Dreh. i.d. Liegest.	Sprung rw. m. 5/2 Dreh. i.d. Liegest.			
Liegestütz rücklings (2 Sek.)			Sprung rw. i.d. Liegest. o. Bauchlage	Sprung rw. m. 1/1 Dreh. i.d. Liegest.				
			Schmetterling	Schmetterling m. 1/1 Dreh. (Tong Fei)	Schmetterling m. 2/1 Dreh.			
		Healy	Varianten d. Breakdance	Thomas z. Handstand				
			Kreisflanke / Thomas	a.d. Handst. i.d. Thomas	Gogoladze			
			Thomas m. 1/2 Spindel	Thomas m. 1/1 Spindel	Thomas m. 1/1 Spindel i.d. Handst.			
				Thomas m. 1/2 Spindel i.d. Handst.		Thomas m. 1/1 Spindel i.d. Handst. u. Senken i.d. Thomas		
			Russen- wendeschw. 360° o. 540°	Russen- wendeschw. 720° o. 900°	Russen- wendeschw. 1080° (Fe- dorchenko)			
Rolle rw.		Rolle rw. durch d. Handstand	Rolle rw. durch d. Handstand m. 1/2 Dreh.	Rolle rw. m. gesprung. 1/1 Dreh. i.d. Handst.				

TE = 0,1	EG A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile= 0,7	C-Teile= 0,9	D-Teile= 1,1	E-Teile= 1,3	F-Teile= 1,5
	Elementgruppe II: Akrobatische Teile vorwärts		Kopf-/Na- ckenkippe					
			Kopf-/Na- ckenk. m. 1/2 Dreh. z. Handst. o. 1/1 Dreh. z. Liegestütz rl.					
			Überschlag (auch ein- gespr.)	Überschlag z. Liegestütz	Überschlag z. Abrollen (Marinich)	Marinich gestr.		
Rolle vw		Sprung-/ Flugrolle	Sprungrolle gestreckt	Sprungrolle gestreckt 1/1 Dreh.	Sprungrolle gestreckt 2/1 Dreh.			
			Salto vw. geh. o. geb.		3/2 Salto geh. / geb.	Doppelsalto geh.	Doppelsalto geb.	
			Freier Schrittüber- schlag vw.			Doppelsalto geh. 1/2 Dreh.	Doppelsalto geb. 1/2 Dreh.	
				Salto vw. gestr.	Salto vw. gestr. z. Liegestütz	Salto vw. gestr. z. Abrollen		
				Salto vw. m. 1/2 Dreh.	Salto vw. m. 1/1 Dreh.	Salto vw. m. 2/1 Dreh.	Salto vw. m. 5/2 Dreh.	Salto vw. m. 3/1 Dreh.
					Salto vw. m. 3/2 Dreh.			
				Salto vw. z. Liegestütz	Salto vw. m. 1/1 Dreh. z. Liegestütz	Salto vw. m. 1/1 Dreh. z. Abrollen		
	EG III: Akrobatische Teile rückw.		Salto rw. geh. o. geb.		Dosa rw.	Doppelsalto m. 1/1 Dreh. (Tsukahara)	Doppelsalto m. 2/1 oder 5/2 Dreh.	Doppelsalto m. 3/1 Dreh. (Ri Jong Song)
				Salto rw. z. Spagat	Salto rw. m. 1/1 Dreh. z. Spagat			Dreifachsalto (Ljukin)
		Einbeiniger Flick-Flack	Flick-Flack	Temposalto rückw.	Doppelsalto rw. geb.	Tsukahara geb.		Doppelsalto rw. gestr. / geb. m. 2/1 Dreh.
				Salto rückw. gestr.		Doppelsalto rw. gestr. (auch m. 1/2 Dreh.)	Doppelsalto rw. gestr. m. 1/1 o. 3/2 Dreh.	Doppelsalto rw. gestr. m. 2/1 o. 5/2 Dreh.
				Salto rw. m. 1/2 Dreh.	Salto rw. m. 3/2 Dreh.	Salto rw. m. 5/2 Dreh.	Salto rw. m. 7/2 Dreh.	
				Salto rw. m. 1/1 Dreh.	Salto rw. m. 2/1 Dreh.	Salto rw. m. 3/1 Dreh.		Salto rw. m. 4/1 Dreh.

TE = 0,1	EG A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile= 0,7	C-Teile= 0,9	D-Teile= 1,1	E-Teile= 1,3	F-Teile= 1,5
	EG IV: Akrob. Teile sw. oder Spr. m. 1/2 Dreh. u. Salto vw. o. rw.		Sprung rw. m. 1/2 Dreh. gehecktet z. Abrollen	Sprung rw. m. 3/2 Dreh. gehecktet z. Abrollen	Sprung rw. m. 5/2 Dreh. z. Abrollen			
			Sprung rw. m. 1/2 Dreh. Überschlag	Twist geh. oder geb.		Doppeltwist geh.	Doppeltwist geb.	Doppeltwist gestr.
				Twist gestr.		Doppeltwist geh. m. 1/2 Dreh.	Doppeltwist geb. m. 1/2 Dreh.	
				Twist z. Liegestütz	Twist z. Abrollen	Twist gestr. z. Abrollen		
		Rondat				3/2 Salto rw. m. 3/2 Dreh. z. Abr. (Thomas)		
		Handstütz- Überschlag seitwärts (Rad)	freier Hand- stütz- Überschlag seitwärts (Araber)	Sprung vw. m. 1/2 Dreh. Salto rw.		Sprung vw. m. 1/2 Dreh. Dosa rw.		
			Salto sw.	Salto sw. gestr.	Doppelsalto sw. geh.	Doppelsalto sw. gegr.		
				Salto sw. m. 1/2 Dreh.	Salto sw. m. 1/1 Dreh.			
					3/2 Salto sw. z. Abrol- len (Li Yuejiu)		Doppelsalto sw. m. 1/1 Dreh. (Lou Yun)	

4.7. Bewertung der P-Übungen Boden nach Kürwertung

4.7.1 P5A - Boden

Ausschreibung	Teil Wertungs- reihen- folge	Wert	Ab- gan- g	Wert	E- grup- pe	Wert
(1) Anlauf mit zwei bis drei Schritten: Rondat Strecksprung in den Stand	NE 3	0,3			IV	0,5
(2) Schritt vorwärts zur Standwaage vorlings – 2 Sek., Aufrichten in den Stand	A 2	0,5			I	0,5
(3) Schwingen in den Handstand Abhocken (=Senken zum Hockstand) Rückstrecken der Beine zum Liegestütz vorlings	TE 4	0,1				
(4) 1/2 Drehung in den Liegestütz rücklings – 2 Sek	TE 5	0,1				
(5) 1/2 Drehung in den Liegestütz vorlings – 2 Sek., Anhocken Strecksprung mit 1/2 Drehung	TE 6	0,1				
(6) Vorspreizen, Handstütz-Überschlag (Rad) links seitwärts mit sofortiger Drehung in die Bewegungsrichtung	NE	0,3			IV	(Wh1)
(7) Vorspreizen, Handstütz-Überschlag (Rad) rechts seitwärts gegen die Bewegungsrichtung in den Stand			NE 1	- (Wh6)	V (IV)	- (Wh6)

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-	-	-	-
A-Teile	1	1	0,5	1	0,5
NE	2	2	0,6	2	0,6
TE	3	3	0,2	3	0,2
Elementgruppen	2 (I, IV)	2	1,0	2	1,0
A-Wert		6	2,3	6	2,3

Fehlende Teile		1		2	
B-Startwert			9,0		8,0

4.7.2 P6A - Boden

Ausschreibung	Teil Wertungs- reihen- folge	Wert	Ab- gan- g	Wert	E- grup- pe	Wert
(1) Anlauf mit 2 bis 3 Schritten: Rondat Strecksprung in den Stand	NE 3	0,3			IV	0,3
(2) Seitspreizen in den Grätschstand, Senken in den Grätschwinkelstand – 2 Sek. –	TE 5	0,1				
(3) Aufsetzen der Hände, Abspringen in den Handstand mit gestreckten Armen und gegrätschten Beinen Abbücken und Aufrichten in den Stand	TE 6	0,1				
(4) Anlauf mit zwei bis drei Schritten, Handstütz-Überschlag vorwärts , Strecksprung in den Stand;	A 1	0,5			II	0,5
(5) Rumpfvorbeugen, Senken mit gestreckten Beinen zur Rolle rückwärts mit gestreckten Armen über den hohen Stütz , Abbücken, Aufrichten in den Stand, Arme in Hochhalte;	TE 7	0,1				
(6) Senken in die Standwaage vorlings – 2 s – Aufrichten in den Stand	A 2	0,5			I	0,5
(7) Anlauf mit zwei bis drei Schritten Einspringen in den Stand sofortiger Strecksprung mit 1/1 Drehung in den Stand.	NE 4	0,3			I	- (Wh. 6)

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-				
A-Teile	2	2	1,0	2	1,0
NE	2	2	0,6	2	0,6
TE	3	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	3 (I, II, IV)	3	1,5	3	1,5
A-Wert		7	3,4	7	3,4

Fehlende Teile		-		1	
B-Startwert			10,0		9,0

4.7.3 P7A - Boden

Ausschreibung	Teil Wertungs- reihen- folge	Wert	Ab- gang	Wert	E- grup- pe	Wert
(1) Anlauf mit 2 bis 3 Schritten: Rondat ,	NE 5	0,3			IV	0,5
(2) Flick-Flack , Strecksprung in den Stand ½ Drehung, Fallen in den flüchtigen Liegestütz vorlings	A 1	0,5			III	0,5
(3) Auffedern in den Grätschwinkelstand , Arme in Schrägvorhalte – 2 Sek. –	TE 10	0,1				
(4) Heben in den Handstand mit gestreckten Armen und gegrätschten Beinen – 2 Sek. - Abrollen vorwärts in den Grätschsitz	A 2	0,5			I	0,5
(5) Schließen der Beine, Heben in den Liegestütz rücklings ,	-	-				
(6) 1/2 Drehung in den Liegestütz vorlings – 2 Sek. - Anhocken der Beine, Strecksprung und Armkreis in den Stand	TE	- (> 10)				
(7) Anlauf mit zwei bis drei Schritten, Handstütz-Überschlag vorwärts	A 3	0,5			II	0,5
(8) Ansprung, zwei bis drei Schritte, Handstütz-Überschlag seitwärts (Rad) in die Bewegungsrichtung	NE 6	0,3				
(9) Felgrolle , Abbücken, Aufrichten in den Stand, Arme in Hochhalte	NE 7	0,3				
(10) Standwaage vorlings – 2 Sek. -, Aufrichten in den Stand, Arme in der Tiefhalte	A 4	0,5			I	- (Wh. 4)
(11) zwei bis drei Schritte Anlauf, Sprungrolle vorwärts	NE 8	0,3				
(12) und sofortiger Strecksprung mit 1/1 Drehung in den Stand	NE 9	0,3			I	- (Wh. 4)

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-	-	-	-
A-Teile	4	4	2,0	4	2,0
NE	5	5	1,5	5	1,5
TE	2	1	0,1	1	0,1
Elementgruppen	4	4	2,0	4	2,0
A-Wert		10	5,6	10	5,6

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

4.7.4 P8A - Boden

Ausschreibung	Teil Wertungs- reihen- folge	Wert	Ab- gang	Wert	E- grup- pe	Wert
(1) Anlauf mit zwei bis drei Schritten: Rondat	NE 7	0,3			IV	0,5
(2) Flick-Flack	A 2	0,5			III	0,5
(3) Flick-Flack Strecksprung in den Stand	A	- (Wh. 2)			III	- (Wh. 2)
(4) (1/8 Drehung), Fallen in den Liegestütz vorlings Aufedern in den Grätschstand,	-	-				
(5) Heben in den Handstand mit gestreckten Armen und gegrätschten Beinen , – 2 Sek. –	A 3	0,5			I	0,5
(6) Abrollen vorwärts in den Grätschsitz	-	-				
(7) Schließen der Beine, Heben in den Liegestütz rücklings	-	-				
(8) 1/2 Drehung zum Liegestütz vorlings , Anhocken	-	-				
(9) Strecksprung mit 1/2 Drehung in den Stand	TE 9	0,1				
(10) Anlauf mit zwei bis drei Schritten, Salto vorwärts gehockt in den Stand, (1/8 Drehung mit Blick in die Bodenecke)	A 4	0,5			II	0,5
(11) Rumpfvorbeugen, Felgrolle , Abbücken, Aufrichten in den Stand,	NE 8	0,3				
(12) Schritt vorwärts, Vorhochspreizen mit 1/2 Drehung in den Stand;	TE 10	0,1				
(13) Standwaage vorlings – 2 Sek. –, Aufrichten in den Stand, Arme in Tiefhalte;	A 5	0,5			I	- (Wh. 5)
(14) Anlauf mit zwei bis drei Schritte, Handstütz-Überschlag vorwärts , Ansprung, zwei bis drei Schritte,	A 6	0,5			II	- (Wh.10)
(15) Sprungrolle vorwärts , Aufrichten in den Stand			NE 1	0,3	V (II)	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-	-	-	-
A-Teile	5	5	2,5	5	2,5
NE	3	3	0,9	3	0,9
TE	2	2	0,2	2	0,2
Elementgruppen	5	5	2,5	5	2,5
A-Wert		10	5,6	10	5,6

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

4.7.5 P9A - Boden

Ausschreibung	Teil Wertungs- reihen- folge	Wert	Abg ang	Wert	E- grup pe	Wert
(1) Zwei bis drei Schritte Anlauf, Rondat	NE 8	0,3			IV	0,5
(2) Flick-Flack	A 1	0,5			III	0,5
(3) Salto rückwärts gehockt in den Stand	A 2	0,5			III	- (Wh2)
(4) 1/2 Drehung, Fallen in den Liegestütz vorlings ,	-	-				
(5) Heben in den Handstand mit gestreckten Armen und gegrätschten Beinen – 2s –, 1/2 (3/8) Drehung, Abbücken in den Stand	A 3	0,5			I	0,5
(6) Anlauf mit zwei bis drei Schritten Salto vorwärts gehockt	A 4	0,5			II	0,5
(7) Sprungrolle gestreckt , Aufrichten in den Stand;	A 5	0,5			II	- (WH. 6)
(8) Strecksprung mit 1/2 Drehung in den Stand	TE 10	0,1				
(9) Rumpfvorbeugen, Felgrolle , Abbücken (mit 1/8 Drehung) in den Stand,	NE 9	0,3			I	- (Wh.5)
(10) Anlauf mit zwei bis drei Schritten, Handstütz-Überschlag vorwärts ,	A 6	0,5			II	- (WH. 6)
(11) Sprungrolle gestreckt ,	A	- (Wh. 7)			II	- (WH. 6)
(12) Schritt vorwärts, Vorhochspreizen mit 1/2 Drehung in den Stand;	TE	- (> 10)				
(13) Standwaage vorlings – 2s –, Senken zum Stand, Arme in Tief halte;	A 7	0,5			I	- (Wh.5)
(14) Anlauf mit zwei bis drei Schritten, Rondat	NE	- (Wh. 1)				
(15) Flick-Flack , Strecksprung in den Stand			A 1	- (Wh.2)	V (III)	- (Wh.2)

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	A	1	0,5	1	0,5
A-Teile	8	6	3,0	6	3,0
NE	3	2	0,6	2	0,6
TE	2	1	0,1	1	0,1
Elementgruppen	4	4	2,0	4	2,0
A-Wert		10	6,2	10	6,2

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

5. Pauschenpferd

5.1 Beschreibung der Pferdübung

- Die Höhe des Pferdes beträgt von der Mattenoberkante aus 1,05 m.
- Die Übung ist eine Mischung aus verschiedenen Flankentypen und Scheren.
- Sie beinhaltet den Stütz an allen Pferdteilen.
- Schwünge durch den Handstand sind erlaubt.
- Alle Elemente müssen mit Schwung, ohne Pause und sichtbaren Krafteinsatz geturnt werden. Kraftelemente sind nicht zulässig.

5.2 Übungsausführung:

1. Die Pauschenpferdübung beginnt im Stand vor dem Gerät. Die Bewertung beginnt mit dem Berühren des Pferdes.
2. Die Übung darf nur Elemente enthalten, die der Turner sicher und mit hohem Grad an technischer und ästhetischer Perfektion beherrscht.
3. Ausführung:
 - a) Die Übung muss aus Schwüngen ohne Unterbrechung oder sichtbaren Krafteinsatz bestehen.
 - b) Schräge Stützpositionen sind nicht gestattet. Kreis-Flanken-Elemente werden nur im Quer- oder Seitstütz geturnt. Drehungen beginnen und enden entweder im Quer- oder Seitstütz.
 - c) Kreis- und Thomasflanken müssen mit gestreckter Hüfte geturnt werden. Mangelnde Amplitude wird bei jedem Wertteil abgezogen.
 - d) Wendeschwünge werden mit geschlossenen Beinen geturnt. Grätschen führt zu entsprechenden Abzügen.
 - e) Bei Beinschwüngen und Scheren muss die Hüfte mitschwingen und die Beine müssen genügend weit gespreizt sein.
 - f) Handstandpositionen müssen mit gestreckten Armen, ohne sichtbare Pause oder Krafteinsatz erreicht werden.
 - g) Der Abgang muss über den Pferdkörper geturnt werden und im Stand parallel zum Pferdkörper und neben den letzten Handgriffen landen.
 - h) Ein Handstandabgang muss über den Pferdkörper geturnt werden oder aus dem Seitstütz eine 270° Drehung oder aus dem Querstütz eine 360° Drehung enthalten.

5.3 Informationen zur A-Wertung:

1. Elementgruppen:
 - I Einbeinschwünge und Scheren
 - II Kreis- oder Thomasflanken mit oder ohne Spindel und/oder durch den Handstand
 - III Seit- und Querwandern
 - IV Kehr- und Wendeschwünge, Flops und kombinierte Elemente
 - V Abgänge

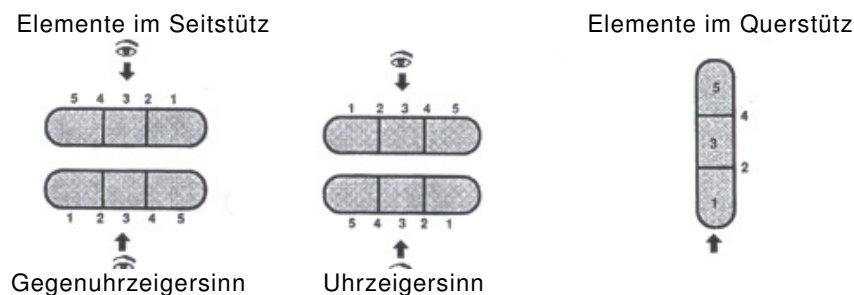
2. Zusätzliche Informationen und Regeln:

- a) Außer anders beschrieben, beginnen und enden Kreis-Flanken-Elemente im Stütz vorlings.
- b) Außer anders beschrieben, haben Kreis- und Thomasflankenelemente den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer.
- c) Außer anders beschrieben, haben Elemente auf der Pausche den gleichen Wert wie auf dem Pferdkörper.
- d) Außer anders aufgeführt, haben alle halben Drehungen (Tschechenkehre, Stöckli, Stöckli rückwärts, Suisse Double) den gleichen Wert.
- e) Außer anders aufgeführt, haben Handstandelemente aus Thomas- oder Kreis-Flanken den gleichen Wert. Die Schwierigkeit erhöht sich um eine Wertstufe, wenn dem Element ein Stöckli oder eine Spindel vorausgeht. Die Schwierigkeit erhöht sich um eine Wertstufe, wenn der Handstand eine 360°-Drehung enthält, wenn der Handstand ein 3/3 Wandern (mindestens eine Hand auf jedem Pferdteil) enthält, oder dem Handstand Kreis- oder Thomasflanken folgen.
- f) Maximal zwei Wandern (3/3) sind gestattet.
- g) Ein Maximum von 2 Russenwendeschwüngen auf der Pausche oder dem Pferdücken sind innerhalb einer Übung, einschließlich des Abgangs, erlaubt. Kombinierte Elemente (Art.32.h.ii) sind von dieser Regelung ausgenommen. Russenwendeschwünge mit Wandern (z.B. Wu Guonian oder Roth) fallen ebenfalls nicht unter diese Regel.
- h) Ausgewählte Elemente auf einer Pausche können verbunden werden. Es gibt 2 Typen davon in der Elementgruppe 4:
 - Flopelemente, die eine Kombination aus Stöckli A oder B und Kreis-Flanke enthalten. Die Elemente dürfen maximal zweimal in direkter Folge ausgeführt werden. Dieser Flop kann nur D oder E (3 oder 4 Elemente) sein. Ausnahme: D-Flop mit Thomasflanken = E, E-Flop mit Thomasflanken = F. Es darf nur ein Flop pro Übung geturnt werden.
 - Kombinierte Kreis-Flanken mit Stöckli A oder B und Russenwendeschwüngen. Wird hier wiederholt, müssen die Elemente zusammenhängend geturnt werden. Es darf nur eine Kombination pro Übung geturnt werden.

R (Russenwendeschwung)		1 flop	2 flops
R 180° oder R 270° (B)	+	B+B	D
R 360° oder R 540° (C)	+	D	E
R 720° oder R 900° (D)	+	E	F
R 1080° (E)	+	F	F+B

- i) Andere Elemente, die doppelt geturnt werden, erhalten keine Bonifikation. Sie werden außerhalb der Flop-Sequenz nicht anerkannt.
- j) Außer anders aufgeführt, endet ein Element mit dem Beginn eines neuen Elements, wie nachfolgend aufgeführt:
 - o ein gesprungenes Element endet mit der Beendigung des Sprunges;
 - o ein Kreis- oder Thomasflanken-Element endet mit dem Beginn eines anderen Elements;

- o eine Spindel endet, wenn die Spindelbewegung aufhört;
 - o ein Wendeschwung-Element endet, wenn der Wendeschwung beendet ist;
 - o Wandern im Querstütz ist beendet, wenn das Wandern beendet ist oder durch eine Kreis-Flanke oder ein anderes Element unterbrochen wird;
 - o für die Anerkennung der Schwierigkeit bei Wanderelementen muss der Griff mit beiden Händen am Pferdteil, das erreicht werden soll, erfolgen.
- k) Alle Abgänge, ausgenommen Handstandabgänge, müssen vor der Landung in einem Winkel von 45° über der Schulterwaagerechten ausgeführt werden. Für eine geringe Höhe sind die normalen Abzüge entsprechend den spezifischen Fehlern aus der Abzugstabelle für Pauschenpferd (Art. 33, letzte Zeile) anzuwenden.
- 3) Zur Vereinfachung der Definition von Kreis-Flanken und Wandern im Quer- und Seitstütz sind die Teile des Pferdes folgendermaßen definiert: 1 = Anfang; 2 = erste Pausche; 3 = Pferdmitte; 4 = zweite Pausche; 5 = Pferdende



- 4) Um ein Wandern in ein 1/3, 2/3 oder 3/3 Wandern zu unterteilen, ist:
- a) im Seitstütz ein 2/3 Wandern gleichzusetzen mit den Griffpositionen 1-1, 1-2 oder 1-3 zu entweder 4-4 oder 4-5. Ein 3/3 Wandern ist gleichzusetzen mit dem Wandern von Griffposition 1-1 oder 1-2 zu 4-5 oder 5-5. Alles andere wird als 1/3 Wandern angesehen.
 - b) im Querstütz ein 2/3 Wandern gleichzusetzen mit Wandern von 1 zu 4 oder von 2 zu 5, ein 3/3 Wandern von 1 zu 5. Alles andere ist ein 1/3 Wandern.
- 5) Alle Spindeln im Quer- oder Seitstütz müssen, um den Wert D zu erhalten, in maximal 2 Kreis- oder Thomasflanken beendet sein.

5.4 Ergänzung:

SSLLSSR36 (Stöckli, Stöckli, Flanke, Flanke, Stöckli, Stöckli, Russenwendeschwung 360°) kann auf einer Pausche geturnt werden, um E+E zu turnen. Aber es darf kein Flopelement mehr als doppelt hintereinander geturnt werden.

5.5 B-Abzugstabelle

Fehler	leicht 0,10	mittel 0,30	schwer 0,50
mangelnde Amplitude bei Scheren und Einbeinschwüngen	X	X	
Handstand mit sichtbarer Kraftan- strengung oder mit gebeugten Armen	X	x	x
Pause oder Halt im Handstand	X	X	X
mangelnde Amplitude bei geschlossenen und gespreizten Kreis-Flanken (bei jedem Wertteil)	X	X	
gebeugte oder geöffnete Beine bei Elementen (bei jedem Element)	X	X	X
Abweichung von der Längsachse des Pferdes im Querstütz bei Kreisschwüngen und Wandern	16° - 30°	31° - 45°	> 45° und mehr
schräge Landung, fehlende Übereinstimmung mit der Längsachse des Pferdes	schräg	90° verdreht	
Nichtbenutzung aller 3 Pferdteile		X	
bei allen Abgängen (außer Hand- standabgänge) Körperposition unterhalb 45° der Schulterwaagerechten		X	

5.6 Elementtabelle

Pauschen- pferd	Übersicht aller Teile des CdP 2006, der Nationalen und der Turnerischen Elemente (Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit und z.T. umgangssprachlich)							
TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
Seit- schwingen mit Lösen der Hand	Elementgruppe I: Einbeinschwünge		Schere vw.			Schere vw. z. Handst. (Li Ning)		
gespreizt. Seit- schwingen mit Lösen der Hand			Schere vw. m. 1/2 Dreh.	Schere m. Hüpfen (auch mit 1/2 Dreh.)	Schere m. Hüpfen 3/3			
Seit- spreizen				Schere 1/1 Dreh.	Schere m. Hüpfen 1/1 Dreh.			
Vorspreizen			Schere rw.			Schere rw. z. Handst.		
Rück- spreizen			Schere rw. m. 1/2 Dreh.	Schere rw. m. Hüpfen (auch mit 1/2 Dreh.)	Schere rw. m. Hüpfen 3/3			
				Schere rw. m. 1/1 Dreh.		Schere m. 1 /2 Dreh. z. Handst. 1 /2 Dreh. z. Stütz (Bryant)		
					V.e. P. Schwingen i.d. Handst.			
	EG II: Kreisfl., Spindeln u. Handst.			Rückspr. Handst., Abschwinge n	Rückspr. Handst. + Abschw. z. Schere / Kreisfl. / Thomas	Rückspr. Handst. 1/1 Dreh. Abschw. Schere /Kreisfl. /Thomas		
Vorflanken		Kreis-Flanke im Wechsel- stütz	Kreis- Flanke/ Thomas	Kreis- Flanke seit auf 1				
Rück- flanken		Kreis-Flanke mit 1 P. zw. d. Händen		Kreis- Flanke 2 P. zw. d. Hän-				
			Kopfflanke nach innen	Kreis- Flanke im Querstütz				
		Thomaskrei- sen im Wechselst.	Kopfflanke K nach außen	Kreis- Flanke im Querstütz zw.d. Pauschen				

Wertung M 14-17 und M 18+

TE = 0, 1	EGA	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1, 5
	EG II: Kreisfl., Spindeln u. Handst.						Querst. 1/1 Spindel 2 Pauschen	
		Thomaskreisen m. 1 Pausche zw. d. Händen	Seitflanke 1/4 Spindel	Seitstütz 1/2 Spindel		alle 1/1 Spindeln im Seitst. + Thomas in max. 2	Querst. 1/1 Spindel Hände zw. d. Pauschen	
			Kopfflanke 1/4 Spindel	Kreis-Flanke im Querst. 1 /2 Spindel		1/1 Spind. im Querstütz (Magyar)		
1/2 Unterkreisen		Unterkreisen vorwärts		Thomas i.d. Handst. Abschw. z. Stütz gegr.	Thomas z. Handst. (a. mit 1/2 Dreh.) Senken z. Thomas/ Flanke			
		Unterkreisen rückwärts						
	Elementgruppe III: Wandern im Seit oder Querstütz	Wanderspreizen	Wandern seitw. 1/3	Wandern seit 3/3 (1-2 zu 4-5)	Wandern seit über Pausch. 3/3 (1-2 zu 4-5)	Wandern seit 3/3 i.e. Flanke (1-2 zu 4-5)		
		Wanderhüpfen (ohne Schere)		Wandern m. Hüpfen 1/3	Wandern m. Hüpfen 1 /3 2 x in Folge	Wandern m. Hüpfen 3/3		
		Wandern Seitw. 1/3 in den Stütz rücklings	Wandern seitw. 1/3 im Stütz rückl.	Wandern seit 3/3 im Stütz rückl.	Wandern seit 3/3 über beide Pauschen im Stütz rückl.	Wandern rw. seit 3/3 i.e. Flanke		
				Wandern rw. m. Hüpfen 1/3	Wandern rw. m. Hüpfen 1/3 2 x in Folge (1-2 zu 4-5)	Wandern rw. m. Hüpfen 3/3 (1 -2 zu 4-5)	v. Seitst. a.E. springen z. and. Ende (1-1 zu 5-5) (Yamawaki)	
					Wandern m. 1/2 Spindel z. Seitst.	Wandern m. 1/2 Spindel 2 x z. Seitst.		
					Wandern rw. seit m. 1/2 Spindel Thomas Hüpfen 1/3 in d. Handst., Abschw. z. Stütz	Wandern rw. m.1/2 Spindel 2 x z. Seitst. Thomas Hüpfen 1/3 in d. Handst. Abschw. z. Thomas/ Flanke/ Schere		

Wertung M 14-17 und M 18+

TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	EG III: Wandern im Seit oder Querstütz		Querwandern vw. 1/3	Querwandern vw. 1/2 o. 2/3	Querwandern v'w. 3/3 (1-2-4-5)	Magyar-Wandern (1-2-3-4-5) o. Querwandern (1-2-5) o. (1-3-5)	Wandern gespr. v. 1-5 (Driggs)	
				Querwandern 1/4 Spindel z. Seitst.	Querw. Ende 1.P - 2.P 1/4 Dreh, in d. Seitst. (Biloserchev)			
			Querwandern rw. 1/3	Querwandern rw. 1/2 o. 2/3	Querwandern rw. 3/3 (1-2-4-5)	Sivado-Wand. (1-2-3-4-5) o. (1-3-5)		
	Elementgruppe IV: Kehr und Wendeschwünge	Kehre in den Stützrücklings	Kehre	Kehrschwung gespr. m. 1/2 Dreh.	Seitstütz Ende Kehre u. 1. P. Stöckli u. 2. Pausche (Urzica)	Seitstütz Ende Kehre-Stöckli rw.-Kehre a.d.a. Ende (Moguilny)	Kehre 360° (Sohn)	F-Teile nur als Kombination (z.B. S-S-R72) oder als Flop im Thomas möglich
				Stöckli A				
				Stöckli B		Seitstütz Ende Stöckli-Kehre-Stöckli a.d.a. Ende (Belenki)		
				Ausw. + Einkehren (Tramlot o. Tramlot direkt)				
				Stöckli rw.			Stöckli rw. 360°	
			Wendeschwung vw.	Stöckli zw. d. P 270° Wende z. Seitst. (Kroll)		Russe über b. Pauschen (Tong Fei)		
		Schweiz einfach (suisse simple)		Suisse double		Tschechenkehre ü. b. Pauschen (Pinheiro)		
		Tschechenkehre als Angang	Schwabenflanke	Tschechenkehre	Russe m. 360° über 3/3 (Roth)		Russe 720° über 3/3 (Wu Guonian)	

TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile - 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	EG IV: Kehr und Wendschwüing		Russe 180°/270° a.b. Pauschen	Russe 360°/540° ab. Pauschen	Russe 720°/900° a.b. Pauschen	Russe 1080° a.b. Rauschen		
			Russe 180°/270° a.d. Ende	Russe 360°/540° a.d. Ende	Russe 720°/900° a.d. Ende	Russe 1080° a .d. Ende	Russe 1080° zw. d. Pauschen	
				Russe 180°/270° a.e. Pausche	Russe 360°/540° a.e. Pausche	Russe 720°/900° a.e. Pausche	Russe1080° a.e. Pausche	
					Stöckli A rw./ z. Handst. u. Abschw. z. Stütz			
	Elementgruppe V: Abgänge	Kehre m. 1/2 Drehung	Schwabenfl. z. Wende	Chaguinian z. Wende		Thomas Handst. 1/1 Dreh. 3/3 Wandern (Kolyvanov)		
		Rückflanken m. ¼ Dreh. in den Querstand	Russe 180° z. Wende	Russe 360°/540° z. Wende	Russe 720°/900° z. Wende	Russe 1080° z. Wende		
		Wende		Wende- schwung m. Wende	Stöckli A rw./ St. z. Handst.	Stöckli A mit Spr. z. Handst. a. and. Ende		
				Thomas / Kreis- Flanke z. Handst.	Thomas / Kreis-Flanke Hüpfen z. Handst.			

5.7. Bewertung der P-Übungen Seitpferd nach Kürwertung

5.7.1 P5A - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Stand vorlings: Sprung in den Stütz vorlings mit geschlossenen Beinen	-	-				
(2) Seitschwingen nach links Seitspreizen links	TE 1	0,1				
(3) Seitschwingen nach rechts Seitspreizen rechts	TE	- (Wh. 2)				
(4) Seitschwingen nach links Vorspreizen des linken Beines	TE 2	0,1				
(5) Seitschwingen der gespreizten Beine nach rechts mit Lösen der rechten Hand	TE 3	0,1				
(6) Rückschwingen, Rückspreizen des linken Beines in den Stütz vorlings;	TE 4	0,1				
(7) Seitschwingen nach rechts, Vorspreizen des rechten Beines,	TE	- (Wh. 4)				
(8) Seitschwingen der gespreizten Beine nach links mit Lösen der linken Hand,	TE	- (Wh. 5)				
(9) Rückschwingen Rückspreizen des rechten Beines in den Stütz vorlings;	TE	- (Wh. 6)				
(10) Vorspreizen des linken Beines,	TE	- (Wh. 4)				
(11) Vorspreizen des rechten Beines, mit 1/4 Drehung links zum Niedersprung in den Querstand seitlings	TE 5	0,1				

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-				
A-Teile	-				
NE	-				
TE	10	5	0,5	5	0,5
Elementgruppen	-				
A-Wert		5	0,5	5	0,5

Fehlende Teile		2		3	
B-Startwert			8,0		7,0

5.7.2 P6A - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Stand vorlings: Sprung in den Stütz vorlings mit geschlossenen Beinen	-	-				
(2) Seitschwingen nach links, Seitspreizen links,	TE 2	0,1				
(3) Seitschwingen nach rechts, Seitspreizen rechts	TE	- (Wh. 2)				
(4) Seitschwingen nach links, Seitspreizen links,	TE	- (Wh. 2)				
(5) Seitschwingen nach rechts, Seitspreizen rechts	TE	- (Wh. 2)				
(6) Seitschwingen nach links, Vorspreizen des linken Beines	TE 3	0,1				
(7) Seitschwingen der gespreizten Beine nach rechts mit Lösen der rechten Hand	TE 4	0,1				
(8) Rückschwingen, Rückspreizen des linken Beines in den Stütz vorlings	TE 5	0,1				
(9) Seitschwingen nach rechts, Vorspreizen des rechten Beines	TE	- (Wh. 6)				
(10) Seitschwingen der gespreizten Beine nach links mit Lösen der linken Hand	TE	- (Wh. 7)				
(11) Rückschwingen, Rückspreizen des rechten Beines in den Stütz vorlings	TE	- (Wh. 8)				
(12) Seitschwingen nach links, Vorspreizen des linken Beines	TE	- (Wh. 6)				
(13) Seitschwingen der gespreizten Beine nach rechts mit Lösen der rechten Hand	TE	- (Wh. 7)				
(14) Rückschwingen, Rückspreizen des linken Beines in den Stütz vorlings	TE	- (Wh. 8)				
(15) Seitschwingen nach rechts, Vorspreizen des rechten Beines	TE	- Wh. 6)				
(16) Seitschwingen der gespreizten Beine nach links mit Lösen der linken Hand	TE	- (Wh. 7)				
(17) Rückschwingen, Rückspreizen des rechten Beines in den Stütz vorlings	TE	- (Wh. 8)				
(18) Vorspreizen des linken Beines,	TE	- (Wh. 6)				
(19) Vorspreizen des rechten Beines,	TE	- (Wh. 6)				
(20) Rückflanken mit 1/4 Drehung rechts zum Niedersprung in den Querstand seitlings			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	NE	1	0,3	1	0,3
A-Teile	-				
NE	-				
TE	18	4	0,4	4	0,4
Elementgruppen	V	1	0,5	1	0,5
A-Wert		5	1,2	5	1,2

Fehlende Teile		2		3	
B-Startwert			8,0		7,0

Wertung M 14-17 und M 18+
Kür 2009

5.7.3 P7A - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Stand vorlings: Sprung in den Stütz vorlings mit leichtem Anschwingen nach links, Beine geschlossen	-	-				
(2) Seitschwingen nach rechts, Vorspreizen des rechten Beines	TE 1	0,1				
(3) Seitschwingen der gespreizten Beine nach links mit Lösen der linken Hand ,	TE 2	0,1				
(4) Rückschwingen, Rückspreizen des rechten Beines in den Stütz vorlings	TE 3	0,1				
(5) Seitschwingen nach links und Vorspreizen des linken Beines ,	TE	- (Wh. 2)				
(6) Seitschwingen der gespreizten Beine nach rechts mit Lösen der rechten Hand ,	TE	- (Wh. 3)				
(5) Rückschwingen und Rückspreizen des linken Beines in den Stütz vorlings	TE	- (Wh. 4)				
(6) Seitschwingen nach rechts und Vorspreizen des rechten Beines ,	TE	- (Wh. 2)				
(7) Seitschwingen nach links und Vorspreizen des linken Beines in den Stütz rücklings	TE	- (Wh. 2)				
(8) Schwingen nach rechts und Seitspreizen des rechten Beines im Stütz rücklings,	TE 4	0,1				
(9) Schwingen nach links und Seitspreizen des linken Beines im Stütz rücklings,	TE	- (Wh. 8)				
(10) Schwingen nach rechts und Seitspreizen des rechten Beines im Stütz rücklings	TE	- (Wh. 8)				
(11) Schwingen nach links, Rückspreizen des linken Beines	TE	- (Wh. 4)				
(12) Schwingen nach rechts, Rückspreizen des rechten Beines in den Stütz vorlings	TE	- (Wh. 4)				
(13) Schwingen nach links und Vorspreizen des linken Beines	TE	- (Wh. 2)				
(14) Schwingen nach rechts und Vorspreizen des rechten Beines mit 1/4 Drehung links zum Niedersprung in den Querstand links seitlings.	TE 5	0,1				

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	-	-		-	
TE	13	5	0,5	5	0,5
Elementgruppen	-	-		-	
A-Wert		5	0,5	5	0,5

Fehlende Teile		2		3	
B-Startwert			8,0		7,0

5.7.4 P8A - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Stand vorlings: Sprung in den Stütz vorlings mit leichtem Anschwingen nach links mit geschlossenen Beinen	-	-				
(2) Seitschwingen nach rechts und Vorspreizen des rechten Beines	TE 3	0,1				
(3) Seitschwingen nach links mit Grifflösen der linken Hand	TE 4	0,1				
(4) Seitschwingen nach rechts und Rückspreizen des rechten Beines in den Seitstütz vorlings	TE 5	0,1				
(5) Seitschwingen nach links und Vorspreizen des linken Beines	TE	- (Wh. 2)				
(6) Seitschwingen nach rechts mit Grifflösen der rechten Hand	TE	- (Wh. 3)				
(7) Seitschwingen nach links, Rückspreizen des linken Beines in den Seitstütz vorlings	TE	- (Wh. 4)				
(8) Seitschwingen nach rechts, Vorspreizen des rechten Beines	TE	- (Wh. 2)				
(9) Seitschwingen nach links, Rückspreizen des rechten Beines unter der linken Hand in den Stütz vorlings (1/2 Unterkreisen) Seitschwingen nach rechts	TE 6	0,1				
(10) Seitschwingen nach links, Vorspreizen des linken Beines	TE	- (Wh. 2)				
(11) Seitschwingen nach rechts, Rückspreizen des linken Beines unter der rechten Hand in den Stütz vorlings (1/2 Unterkreisen)	TE	- (Wh. 9)				
(12) Seitschwingen nach links mit sofortigem Vorspreizen des linken Beines über die linke Pausche ohne Grifflösen	-	-				
(13) Rückschwingen des linken Beines in den Stütz vorlings und Vorflanken in den Stütz rücklings	TE 7	0,1				
(14) Kreisflanken in den Stütz rücklings	A 2	0,5			II	0,5
(15) Kreisflanke in den Stütz rücklings	A	- (Wh. 14)			II	- Wh.14
(16) Rückflanken mit 1/4 Drehung einwärts (Gegendrehen) zum Niedersprung in den Querstand seitlings			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	NE	1	0,3	1	0,3
A-Teile	2	1	0,5	1	0,5
NE		-		-	
TE	11	5	0,5	5	0,5
Elementgruppen	II, V	2	1,0	2	1,0
A-Wert		7	2,3	7	2,3

Fehlende Teile		-		1	
B-Startwert			10,0		9,0

5.7.5 P9A - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Stand vorlings (rechte Hand auf der linken Pausche, linke Hand auf dem Pferdkörper): Sprung in den Wechselstütz vorlings mit geschlossenen Beinen und leichten Anschwingen nach rechts	-	-				
(2) Seitschwingen nach links, Vorspreizen des linken Beines	TE 6	0,1				
(3) Vorspreizen des rechten Beines ohne Griff lösen der rechten Hand	-	-				
(4) Rückspreizen des linken Beines	TE 7	0,1				
(5) Wander-Spreizen nach rechts (Transport), Rückspreizen des rechten Beines in den Stütz vorlings auf den Pauschen	NE 5	0,3			III	0,5
(6) Vorspreizen des linken Beines,	TE	- (Wh. 2)				
(7) Scherspreizen vorwärts rechts	A 2	0,5			I	0,5
(8) Scherspreizen vorwärts links	A	- (Wh. 7)			I	-
(9) Seitschwung nach rechts, Vorspreizen des rechten Beines in den Stütz rücklings	TE	- (Wh. 6)				
(10) Kreisflanken in den Stütz rücklings	A 3	0,5			II	0,5
(11) Kreisflanken in den Stütz rücklings	A	- (Wh. 10)			II	-
(12) Rückflanken	TE 8	0,1				
(13) Wanderflanken vorwärts im Seitstütz	A 4	0,5			III	-
(14) Kreisflanken mit 1/4 Drehung in den Querstütz vorlings	A	- (Wh. 10)				
(15) Schwabenflanke zur Wende in den Querstand seitlings			A 1	0,5	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	A	1	0,5	1	0,5
A-Teile	6	3	1,5	3	1,5
NE	1	1	0,3	1	0,3
TE	5	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	I, II, III, V	4	2,0	4	2,0
A-Wert		8	4,6	8	4,6

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

6. Ringe

6.1 Beschreibung der Ringeübung

- Höhe: 2,60 m von der Mattenoberkante.
- Eine Ringeübung ist zusammengesetzt aus Schwung-, Kraft- und Halteelementen.
- Die Elemente werden durch den Hang, den Stütz oder den Handstand geturnt.
- Die Ausführung erfolgt hauptsächlich mit gestreckten Armen.
- Schwingende oder gekreuzte Ringseile sind nicht gestattet.

6.2 Übungsausführung

Informationen über die Präsentation der Übung:

1. Aus dem Stand muss der Turner am Anfang entweder mit Hilfe oder allein in den ruhigen Hang kommen. Die Bewertung beginnt mit der ersten Bewegung, nachdem der Turner den Boden verlassen hat. Der/die Trainer/in darf keinen Anschwung geben.
2. Die Übung darf nur Elemente enthalten, die der Turner sicher und mit hohem Grad an technischer und ästhetischer Perfektion beherrscht.
3. Die Übung soll zu gleichen Teilen aus Schwung-, Kraft- und Halteelementen bestehen.

Nationale Regelung

4. Rückschwünge im Stütz, die nicht direkt zu einem Element führen, sondern nur die Richtung umkehren oder in einer niedrigeren Hangposition enden, werden vom B-Kampfgericht nicht abgezogen. Die Schwungamplitude beim Rückschwung (hoher Rückschwung) unterliegt der Bewertung des B-Kampfgerichts. Ein typisches Beispiel ist eine Kippe zum Ablegen und dann eine Stemme vorwärts.
5. Halbe Zwischenschwünge werden abgezogen, d.h. wenn z.B. nach einem Rückschwung im Hang kein Element folgt und im Hang mit einem Vorschwung weitergeturnt wird.
6. Zusätzliche Anforderungen an die Ausführung sind:
 - a) Haltepositionen müssen direkt, mit gestreckten Armen und ohne Nachkorrektur erreicht werden.
 - b) Alle Kraft- und Halteelemente müssen mindestens 2 Sek. gehalten werden.
 - c) Aufwärtsschwünge müssen durch oder in den Handstand oder direkt in eine Halteposition führen, wenn der Schwung dies gestattet.
 - d) Bei allen Schwungteilen zu Kraftelementen darf die Schulter die Höhe der Endposition zu keinem Zeitpunkt überschreiten. Jede Abweichung wird vom B-Kampfgericht abgezogen und kann nicht zur Anerkennung bzw. zur Anerkennung als zwei Elemente führen.
 - e) Übergriff bei Kraftelementen ist nicht gestattet.
 - f) Die Arme müssen immer gestreckt sein, wenn dies möglich ist.

6.3 Information zur A-Wertung

1. Elementgruppen:
 - I Kippen und Schwungelemente (auch in den Winkelstütz)
 - II Schwünge in den Handstand (2 Sek.)
 - III Schwung zu Kraftelementen (2 Sek.; nicht Winkelstütz)
 - IV Kraft- und Halteelemente (2 Sek.; auch Winkelstütz)
 - V Abgänge
2. Eine Wiederholung von Elementen (gleiche Identifikations-Nummer) kann nicht zur A-Wertung beisteuern. An den Ringen darf jede Krafthalteposition nur zweimal gezeigt werden, unabhängig davon, wie diese erreicht wird.
3. Bonifikation für Kombinationen von direkt verbundenen Kraftelementen werden bei der KM nicht vergeben.
4. Zusätzliche Informationen und Regeln:
 - a) Alle Kraft- oder Halteelemente müssen mindestens 2 Sekunden gehalten werden. Sie werden nicht für die A-Wertung und Elementgruppe anerkannt, wenn sie kürzer als eine Sekunde gehalten werden.
 - b) Ein Heben beginnt mit dem vorangegangenen Kraftelement und endet in einer zwei Sekunden gehaltenen neuen Halteposition. Es wird nur anerkannt, wenn das vorangegangene Kraftelement anerkannt und die Endposition länger als 1 Sekunde gehalten wurde.
 - c) Elemente mit gekreuzten Seilen sind nicht gestattet. Sie werden auch als nicht erlaubte Elemente mit Abzügen vom B-Kampfgericht belegt.

6.4 Zusätzliche Informationen und Regeln

1. Schwünge in Krafthaltepositionen müssen in der korrekten Position enden.
Abzüge : 0,10 P. für 1° - 15°, 0,30 P. für 16° - 30° und 0,50 P. für 31° - 45°.
2. Kippe zur Stützwaage ist immer A+C, weil das Element immer durch den Stütz geturnt wird.

6.5 B-Abzugstabelle

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P.
Anschwingen am Beginn der Übung		X	
Trainer/in gibt dem Turner Schwung für die Übung	X		
ungleiche Verteilung von Schwung-, Halte- und Kraftelementen		X	
Kreuzen der Ringeseile während der Übung		X	
geöffnete Beine oder andere grobe Haltungsfehler beim Anheben an die Ringe		X	
Übergriffe bei Krafthalte (jedes Mal)	X		
gebeugte Arme beim Schwung in das Krafthalte-Element oder beim Erreichen der Halteposition	X	X	X
Schwünge in Krafthaltepositionen müssen in der korrekten Position enden	bis 15°	16° - 30°	31° 45°
Berühren der Seile oder der Schlaufen mit den Armen, den Füßen oder anderen Körperteilen		x	
Abstützen oder Balancieren mit den Füßen oder Beinen an den Seilen			X und Nicht- anerkennung
Überfallen im Handstand			X und Nicht- anerkennung
ausgeprägtes Schwingen der Seile	bei einem Element	bei mehreren Elementen	fast die ganze Übung

6.6 Elementetabelle

Ringe		Übersicht aller Teile des CdP 2006, der Nationalen und der Turnerischen Elemente (Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit und z.T. umgangssprachlich)						
TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe I: Kippen und Schwungelemente		Stemme vw.	Stemme vw. z. Winkelst. (2 Sek.)				
			a.d. Stütz überrollen z. Hang	Stemme vw. Überschl. z. Hang (Chechi)				
			Felgab- schwung Schulter über Ringe (Nakayama)	Stemme vw. a.d. Hang rl.Überschl. z. Hang (Csollany)				
		Auf- /Umschwung mit geb. Armen vw. / rw. in den Stütz		a. d. Hang, Überschlag rw. i. d. Hang rl., Stemme vw. i. d. Stütz (Li Ning)	a. d. Stütz, Überschlag rw. i. d. Hang rl., Stemme vw. i. d. Stütz (Li Ning 2)			
		Felge mit gebeugten Armen zum Handstand (2 Sek.)	Felge z. Stütz	Felge d.d. Handst.	Dopp. Hock- felge rw. z. Hang (Guczoghy)	Guczoghy geb.	Guczoghy gestr. (O'Neill)	
			Schleudern	Felge i.d. Stütz Beine auf d. Ringen (Deltchev)	Guczoghy aus oder in d. Li Ning Hang	Guczoghy geb. in d. Li Ning Hang	O'Neill in d. Li Ning Hang	
Rückschwung > 45°		Rückschwung im Stütz zum Ablegen in den Hang	Stemme rw.	Stemme rw. o. Riesen- umschwung d.d. Handst.				
			Einkugeln	Honma	Honma gestr.			
			Langsames Einkugeln		Dopp. Hock- felge vw. (Yamawaki)	Yamawaki geb. (Jonasson)	Yamawaki gestr.	
			Kippe	Kippe i.d. Winkelst. (2 Sek.)				
			Kreuzkippe i.d. Stütz	Kreuzkippe mit gestr. Armen. i.d. Stütz				
			Vorschwung i. Stütz able- gen z. Hang	Stemme rw. i.d. Grätsch- winkelst. (2 Sek.)	a.d. Stütz Salto vw. geh. o. geb. i.d. Stütz			

Ringe TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	EG II: Schwungelemente i.d. Handst.			Kreuzkippe i.d. Handstand (2 Sek.)	Riesenfelge rw.i.d. Handsr. (2 Sek.)			
					Stemme rw. o. Riesenum- schwung i. d. Handstand m. gestr. Armen (2 Sek.)			
		Rückschwung im Stütz mit gebeugten Armen i.d. Handstand		Rückschwung z. Handst. (2 Sek.)	Honma u. Rückschw. z. Handst. (2 Sek.)	Honma gestr. u. Rückschw. z. Handst. (2 Sek.)		
	EG III: Schwungelemente zu Krafthaltelementen (2 Sek.)	Schleudern u. Vorschwung i.d. Hangwaage vorlings (2 Sek.)			Stemme vw. i.d. Kreuz- hang (2 Sek.)	Stemme vw. o. Stützph. direkt. z. Kopfkreuz geb. (2 Sek.)	Stemme vw. o. Stützph. direkt z. Kopfkreuz gestr. (2 Sek.)	
				Stemme vw. z. Spitzwin- kelst. (2 Sek.)		Li Ning 2 z. Kreuzhang (2 Sek.)		
					Li Ning 1 z. Kreuzhang (2 Sek.)	Li Ning ohne Halt d.d. Stütz z. Kopfkreuz (2 Sek.) (Csollany 2)	Stemme vw. o. Li Ning z. Schwalbe (2 Sek.) (Tambakos)	
					Felge z. Stützwaaage gegr. (2 Sek.)	Felge z. Stützwaaage (2 Sek.)	Felge z. Schwalbe (2 Sek.)	
					Felge z. Kreuzhang (2 Sek.)	Felge z. Kopfkreuz (2 Sek.)		
		Rückschwung im Stütz in die Stützwaaage gegrätscht (2 Sek.)			Stemme rw. z. Stütz- waage gegr. (2 Sek.)	Stemme rw. z. Stütz- waage (2 Sek.)	Stemme rw. z. Schwalbe (2 Sek.)	
		Rückschwung i. d. Hangwaage rücklings (2 Sek.)			Stemme rw. z. Kreuzhang (2 Sek.)	Honma z. Kreuzhang (2 Sek.)	Honma dir. z. Kopfkreuz (2 Sek.)	Honma dir. z. Schwalbe (2 Sek.)

Ringe TE =0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	8-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	EG III: Schwungelemente zu Krafthalteel.				Kippe z. Kreuzhang (2 Sek.)	a.d. Stütz Überschlag z. Kreuzhang (2 Sek.)		
				Kippe Spitzwinkelst. (2 Sek.)		Stemme rw. z. Kopfkreuz (2 Sek.)	Kippe z. Schwalbe (2 Sek.)	
					Kippe rw. i.d. Stütz- waage gegr. (2 Sek.)	Kippe rw. z. Stützwaaage (2 Sek.)	Kippe rw. z. Schwalbe (2 Sek.)	
					Kippe rw. i.d. Kreuz- hang (2 Sek.)	Kippe rw. z. Kopfkreuz (2 Sek.)		
						Kippe dir. z. Kopfkreuz geb. (2 Sek.)	Kippe dir. z. Kopfkreuz gestr.(2 Sek.)	
	EG IV: Kraft- und Halteelemente (2 Sek.)		Winkel-/ Grätschw. stütz (2 Sek.)		Kopfkreuz Heben z. Handst. (2 Sek.)			
Aus dem Strecksturz- hang Senken i.d. Hang rückl. (2 Sek.)		Aus dem Strecksturz- hang Senken über die Hangwaage rl. i.d. Hang rückl. (2 Sek.)	Hangwaage rl. (2 Sek.)	Stützwaaage gegr. (2 Sek.)	Stützwaaage (2 Sek.)	Schwalbe (2 Sek.)	Schwalbe umgekehrt (2 Sek.)	
			Hangwaage vl. (2 Sek.)	Kreuzhang (2 Sek.)				
			Spitzwinkel- stütz (2 Sek.)	Felge a.d. Stütz i.d. Handst. (2 Sek.)				
Heben i.d. Strecksturz- hang oder Kipphang		Heben mit- gestrecktem Körper i.d. Strecksturz- hang (d.d. Hang- waage vorlings)	Heben i.d. Handst. geb. (2 Sek.) Arme u. gebeugter Körper	Heben z Handst. (2 Sek.) mit geb. Hüfte gestr. oder geb. Armen gestr.Körper /a.d. Stütz- waage gegr.	Heben z. Handst. (2 Sek.) mit gestr. Armen und gestr. Körper /auch a.d. Stützwaaage	aus der Schwalbe (2 Sek.) Heben gestr. z. Kopfkreuz (2 Sek.)		

Ringe TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe IV: Kraft- und Halteelemente (2 Sek.)		Felge vw. geb.	Felge vw. gestr.	Felge vw. gestr. z. Handst. (2 Sek.)	Felge vw. gest. z. Kopfkreuz (2 Sek.)		
a.d. Hang rück. Heben i.d. Strecksturz- hang oder Kipphang		Felge vor- wärts ge- hockt in den Stütz			Felge vw. gestr. Z. Kreuzhang (2 Sek.)	Heben d. d. Hangwaage vl. i.d. Kreuz- hang (2 Sek.) (Pineda)	Heben d. d. Hangw. vl. direkt z. Schwalbe (2 Sek.) (Bhavsar)	
		Felge rückwärts gehockt in den Stütz	Felge rw. geb. in den Stütz	Felge rw. gestr. in den Stütz	Felge rw. gestr. i. d. Stützwaage (2 Sek.)			Langs. Felge rw. i. d. Schwalbe (2 Sek.)
				Zugstemme i. d. Hangwaage rl. (2 Sek.)	Zugstemme i. d. Hangwaage rl. (2 Sek.) m. gestr. Armen	langsame Felge rw. in den Kreuzhang (2 Sek.) (Azarian)		
Klimmzug		Zugstemme in den Stütz		a. d. Kreuz- hang direkt i. d. Hang- waage rl. (2 Sek.)	Zugstemme gestr. Arme	Senken d. d. Hangwaage rl. direkt i. d. Kreuzhang (2 Sek.) (Nakayama)		
a.d. Stütz langsames Senken i.d. Hang				Handst. Sen- ken i. d. Hangwaage rl. (2 Sek.)	Senken ü. Kreuzhang z. Hang, Zugstemme m. gestr. Armen i.d. Kreuzhang (Lixiashuang)	Zugstemme mit gestr. Armen in den Kreuzhang	Stützwaage (2 Sek.) Sen- ken Hang- waage rl. sof. Heben i. d. Schwalbe (2 Sek.)	
				Handst. (2 Sek.) Senken d.d. Kopfkreuz i.d. Sturzhang		Schwalbe (2 Sek.) Heben z. Stützwaage (2 Sek.)	Schwalbe (2 Sek.) Sen- ken Hang- waage rl. sof. Heben i. d. Schwalbe (2 Sek.)	Hangwaage rl. (2 Sek.) Heben z. Schwalbe (2 Sek.)
					Winkelstütz (2 Sek.) Heben z. Kopfkreuz (2 Sek.)	Kreuzhang (2 Sek.) Heben z. Kopfkreuz geb. (2 Sek.)	Kreuzhang (2 Sek.) Heben z. Kopfkreuz gestr. (2 Sek.)	

Ringe TE = 0,1	EG A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	EG IV: Kraft- und Halteelemente				Kreuzhang (2 Sek.) Heben z. Winkelstütz	Stützwaage (2 Sek.) Heben z. Kopfkreuz (2 Sek.)	Schwalbe Heben z. Kopfkreuz	
					Kopfkreuz (2 Sek.) Heben z. Handst. (2 Sek.)	Kreuzhang (2 Sek.) Heben z. Stützwaage (2 Sek.)	Kreuzhang (2 Sek.) Heben z. Schwalbe (2 Sek.)	
							aus dem Kopfkreuz Senken i. d. Sturzhang, Folge rw. i.d. Schwalbe (2 Sek.) (Jovtchev)	
	Elementgruppe V: Abgänge	Salto vw. gehockt, auch mit 1/2 Dreh.	Salto vw. geb. / gestr. .	Salto vw geb. / gestr. m. 1/2 Dreh.	Salto vw. geb./ gestr. m. 1/1 o. 3/2 Dreh.	Salto vw. geb./ gestr. m. 2/1 Dreh.		
					Doppelsalto vw. geh. (auch m. 1/2 Dreh.)	Doppelsalto vw. geb. m. 3/2 Dreh. (Fischer)		
						Doppelsalto vw. geb. o. geb. mit 1/2 Dr (Balabanov)	Doppelsalto vw. geb. m. 3/2 Dreh.	
			Stemme rw. Salto rw. geh. (Köste)	Köste geb./ gest.	Köste 1/1 Dreh. gest.			
		Salto rw. gehockt, auch mit 1 /2 Dr.	Salto rw. geb./ gestr.	Salto rw. gestr. m. 1 /2 o. 1/1 Dreh.	Salto rw. 2/1 Dreh.	Salto rw. 3/1 Dreh.		
				Doppelsalto rw. geh. o. geb.	Doppelsalto rw. gestr.			Dreifachsalto
					Tsukahara geh. o. geb.	Doppelsalto geh. mit 2/1 Dr.		
					Tsukahara gestr. geh.	Doppelsalto gestr. mit 1/2 o. 1/1 Dreh.		Doppelsalto gestr. mit 3/2 o. 2/1 Dreh.

6.7 Bewertung der P-Übungen Ringe nach Kürwertung

6.7.1 P5A - Ringe

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: 3 x Klimmzug , Senken in den Hang	TE 1	0,1				
(2) Heben in den Strecksturzhang – 2 Sek. –	TE 2	0,1				
(3) Senken in den Hang rücklings – 2s –	TE 3	0,1				
(4) Heben in den Kipphang	TE 4	0,1				
(5) Abschwingen vorwärts in den Hang	-	-				
(6) Rückschwung (mind. 45°),	TE 5	0,1				
(7) Vorschwung,	-	-				
(8) Rückschwung,	TE	- (Wh. 6)				
(9) Niedersprung in den Stand	-	-				

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	-	-		-	
TE	6	5	0,5	5	0,5
Elementgruppen	-	-		-	
A-Wert		5	0,5	5	0,5

Fehlende Teile		2		3	
B-Startwert			8,0		7,0

6.7.2 P6A - Ringe

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: Zugstemme	NE 1	0,3			IV	0,5
(2) Halte im Streckstütz – 2 Sek. –	-	-				
(3) langsames Senken rückwärts in den Strecksturzhang (gebeugte Hüfte erlaubt)	-	-				
(4) Beugen der Hüftgelenke in den Kipphang	-	-				
(5) Abschwingen vorwärts in den Hang	-	-				
(6) Rückschwung (waagrecht)	TE 2	0,1				
(7) Vorschwung	-	-				
(8) Rückschwung (waagrecht)	TE	- (Wh. 6)				
(9) Niedersprung in den Stand	-	-				

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	1	1	0,3	1	0,3
TE	2	1	0,1	1	0,1
Elementgruppen	IV	1	0,5	1	0,5
A-Wert		2	0,9	2	0,9

Fehlende Teile		5		6	
B-Startwert			2,0		2,0

6.7.3 P7A - Ringe

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: Zugstemme	NE 2	0,3			IV	0,5
(2) Heben der Beine in den Winkelstütz – 2 Sek. –	A 1	0,5			IV	- (Wh.1)
(3) Senken der Beine in den Stütz Beugen der Arme langsames Senken in den Hang	TE 3	0,1				
(4) Heben des Körpers mit gebeugten Armen in den Strecksturzhang	TE 4	0,1				
(5) Senken des Körpers in den Hang rücklings – 2s –	TE 5	0,1				
(6) Heben des Körpers in den Kipphang	TE 6	0,1				
(7) Strecken zum Strecksturzhang	-	-				
(8) Schnelles Beugen der Hüfte in den Kipphang und sofort Abschwingen vorwärts in den Hang	-	-				
(9) Rückschwung (waagrecht),	TE 7	0,1				
(10) Vorschwung ,	-	-				
(11) Rückschwung (waagrecht),	TE	- (Wh. 9)				
(12) Vorschwung	-	-				
(13) Rückschwung ,	TE	- (Wh. 9)				
(14) Niedersprung in den Stand	-	-				

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	1	1	0,5	1	0,5
NE	1	1	0,3	1	0,3
TE	7	5	0,5	5	0,5
Elementgruppen	IV	1	0,5	1	0,5
A-Wert		7	1,8	7	1,8

Fehlende Teile		-		1	
B-Startwert			10,0		9,0

6.7.4 P8A - Ringe

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: Heben in den Kipphang,	TE 5	0,1				
(2) Abschwngen vorwärts in den Hang zum Rückschwung (waagrecht)	TE 6	0,1				
(3) Vorschwung, Stemmaufschwung rückwärts	A 2	0,5			I	0,5
(4) Heben der Beine in den Winkelstütz – 2s –	A 3	0,5			IV	0,5
(5) Senken in den Kipphang	-	-				
(6) Senken rückwärts in den Hang rücklings – 2s –	TE 7	0,1				
(7) Heben des Körpers über den Kipphang in den Strecksturzhang	TE 8	0,1				
(8) Schnelles Beugen der Hüfte über den Kipphang zum Abschwngen vorwärts in den Hang zum Rückschwung (waagrecht)	TE	- (Wh.2)				
(9) Vorschwung zum Felgumschwung rückwärts (Schulter in Griffhöhe)	A 4	0,5			I	- Wh.3
(10) Vorschwung, Salto rückwärts gehockt in den Stand			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	NE	1	0,3	1	0,3
A-Teile	3	3	1,5	3	1,5
NE	-	-		-	
TE	5	4	0,4	4	0,4
Elementgruppen	I, IV, V	3	1,5	3	1,5
A-Wert		8	3,7	8	3,7

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

6.7.5 P9A - Ringe

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: Heben in den Kipphang , Abschwingen vorwärts	TE 7	0,1				
(2) Stemmaufschwung rückwärts in den Stütz (Körper waagrecht)	A 2	0,5			I	0,5
(3) Heben der Beine in den Winkelstütz – 2s –	A 3	0,5			IV	0,5
(4) Heben in den Handstand mit gebeugten Armen und gebeugter Hüfte – 2s –	A 4	0,5			IV	- Wh.3
(5) Senken rückwärts über den Stütz, in den Hang rücklings	TE 8	0,1				
(6) Heben in den Strecksturzhang	TE 9	0,1				
(7) Schnelles Beugen der Hüfte in den Kipphang, Abschwingen vorwärts in den Hang, Rückschwung zum Stemmumschwung vorwärts (<i>gestrecktes Einkugeln</i>) (Schulter mindestens in Griffhöhe) in den Hang, Rückschwung	A 5	0,5			I	- Wh.2
(8) Vorschwung zum Felgumschwung rückwärts (<i>Schleudern</i>) (Schulter in Griffhöhe) in den Hang	A 6	0,5			I	- Wh.2
(9) Vorschwung und Salto rückwärts gestreckt in den Stand			A 1	0,5	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	A	1	0,5	1	0,5
A-Teile	5	5	2,5	5	2,5
NE	-	-		-	
TE	3	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	I, IV, V	3	1,5	3	1,5
A-Wert		9	4,8	9	4,8

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

7 Sprung

7.1 Beschreibung der Sprünge

- Sprungbrett, Sprungtisch Gerätehöhe: 1,35 m
- Der Sprung beginnt mit dem Anlauf, es folgt der Absprung mit beiden Füßen (mit oder ohne Radwende) vom Sprungbrett. Danach folgt eine kurze Stützphase mit einer oder beiden Händen auf dem Sprungtisch.
- Der Sprung darf einfache oder mehrere Drehungen um beide Körperachsen enthalten.
- Der Sprung endet mit der Landung hinter dem Tisch mit geschlossenen Beinen.

7.2 Übungsausführung

Informationen über die Präsentation der Übung:

Der Turner darf zwei Sprünge zeigen. Nach dem ersten Sprung geht der Turner ohne Verzögerung zurück und wartet auf das Signal des/r Oberkampfrichters/in für den zweiten Sprung.

1. Die Sprünge dürfen aus der gleichen Elementgruppe sein. Die beiden Sprünge dürfen eine identische zweite Flugphase haben.
2. Die Ausgangsposition des Turners vor dem Sprung ist ein Stand, maximal 25 Meter vom Sprungtisch entfernt.
Der Sprung beginnt mit dem ersten Schritt des Turners, die Bewertung aber erst in dem Moment, in dem der Turner das Sprungbrett berührt. Der Anlauf muss mit Maßband an der Seite gekennzeichnet sein. Der Anlauf darf unterbrochen, aber nicht wiederholt werden.
3. Der Sprung muss so gewählt sein, dass der Turner ihn sicher und mit hohem Grad an technischer und ästhetischer Perfektion beherrscht.
4. Der Absprung darf nur vorwärts oder rückwärts mit geschlossenen Beinen erfolgen. Das einzige Element, das vor dem Absprung geturnt werden darf, ist ein Rondat. Solche Sprünge dürfen nur geturnt werden, wenn eine Rondatmatte vom Ausrichter zur Verfügung gestellt wird. Es dürfen nur offizielle Matten vom Ausrichter verwendet werden.
5. Sprünge mit Saltos in der ersten Flugphase und Sprünge mit gegrätschten Beinen sind weder aufgelistet noch erlaubt. Einzige Ausnahme ist die Sprunggrätsche.
6. Der Turner muss die gewünschte Körperhaltung erkennbar zeigen (gehockt, gebückt oder gestreckt). Nicht eindeutig erkennbare Positionen werden vom B-Kampfgericht abgezogen und können in einer niedrigeren Einstufung durch das A-Kampfgericht resultieren.
7. Basis für die Bewertung durch das B-Kampfgericht:
 - a) erste Flugphase bis zum Stütz mit einer oder beiden Händen;
 - b) zweite Flugphase mit Abdruck vom Tisch bis zur Landung. Der Turner muss einen deutlichen Höhenanstieg nach dem Abdruck zeigen;
 - c) Körperhaltung im Moment des Abdrucks;
 - d) Abzüge auf Grund der Abweichung der Körperachse im Verhältnis zu der Achse des Tisches;

Wertung M 14-17 und M 18+

- e) technische Ausführung während des gesamten Sprunges;
- f) die Landung.

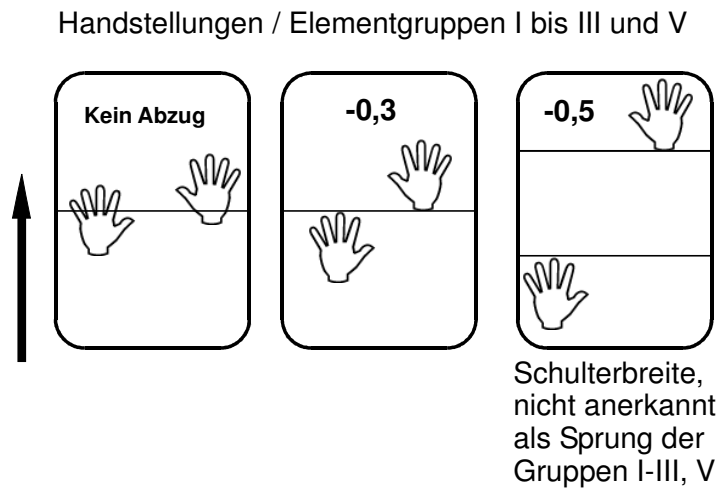
Nationale Regelungen

- 8. Regelung für die Landung:
 - g) Die Regelungen für die Landezone gelten bei der Kür modifiziert nicht. Abweichungen von der Mittelachse werden vom B-Kampfgericht aber bewertet.
 - h) Drehungen bei Sprüngen müssen vor der Landung abgeschlossen werden. Unfertige Drehungen ergeben entsprechende Abzüge, ab einer Abweichung von 90° führt dies zur Nicht-Anerkennung und Einstufung als ein Sprung mit entsprechend niedrigerem Ausgang.
- 9. In der zweiten Flugphase muss der Turner einen deutlichen Höhengewinn des Körperschwerpunktes im Verhältnis zur Stützphase zeigen.
- 10. Gehockte und gebückte Saltos müssen ein klares Öffnen vor der Landung aufweisen.

7.3 Information zur A-Wertung

- 1. Elementgruppen:
 - I Direkte Sprünge
 - II Sprünge mit ganzer Drehung in der ersten Flugphase
 - III Überschlag- und Yamashitasprünge
 - IV Sprünge mit 1/4 Drehung in der ersten Flugphase (Tsukahara und Kasamatsu)
 - V Rondatsprünge
- 2. Jeder Sprung ist aufgelistet, nummeriert, hat einen spezifischen Wert und gehört einer bestimmten Gruppe an. Generell gelten folgende Kriterien:
 - a) Cuervo-Sprünge haben den gleichen Wert wie entsprechende Überschlag-Salto-Sprünge mit Drehung.
 - b) Kasamatsu-Sprünge haben den gleichen Wert wie entsprechende Tsukahara-Sprünge.
 - c) Yurchenko-Sprünge haben den gleichen Wert wie entsprechende Tsukahara- oder Kasamatsu-Sprünge.
 - d) Außer anders aufgeführt, haben Rondatsprünge (aufs Brett) mit halber Drehung in der ersten Flugphase einen um 0,10 Punkte höheren Ausgangswert als die entsprechenden Vorwärtssprünge.
 - e) Außer anders aufgeführt, haben Rondatsprünge (aufs Brett) mit ganzer Drehung in der ersten Flugphase einen um 0,20 Punkte höheren Ausgangswert als die entsprechenden Tsukahara-Sprünge.
 - f) Sprünge mit einem Stütz mit einer Hand haben den gleichen Wert wie die entsprechenden Sprünge mit beidhändigem Stütz.
- 3. Jeder Sprung hat eine eigene Sprungnummer, basierend auf seiner Komplexität. Beispiel: Bei Nr. 319 gibt die 1. Ziffer „3“ die Sprunggruppe an, die „19“ ist die Sprungnummer innerhalb der Gruppe.

4. Der Turner muss die geturnte Körperhaltung deutlich präsentieren (gehockt, gebückt oder gestreckt). Nicht eindeutig ausgeturnte Elemente können zur Nicht-Anerkennung durch das A-Kampfgericht und zur Bewertung mit einem niedrigeren Schwierigkeitswert führen.
5. Regel für Handaufsatz bei direkten Sprüngen (Gruppe III):
Während der Abdruckphase/Stützphase, müssen die Hände in einer Linie (siehe Abbildung) aufgesetzt werden. Verletzungen dieser Regel werden entsprechend Nr.7.5, gerätespezifischer Fehlerabzugstabelle für Sprung, B-Abzüge geahndet.



6. Der Sprung ist ungültig (0,00 Punkte von A- und B-Kampfgericht):
 - a) wenn der Anlauf ausgeführt wurde, der Turner aber am Tisch vorbei läuft und dabei Brett oder Tisch berührt ohne zu springen;
 - b) wenn der Anlauf unterbrochen wird und der Turner zurückgeht, um den Anlauf zu wiederholen;
 - c) wenn der geturnte Sprung nicht als Sprung erkennbar ist oder der Turner sich mit den Füßen vom Tisch abdrückt;
 - d) wenn der Turner den Tisch zweimal berührt;
 - e) wenn der Sprung ohne Berührung des Tisches ausgeführt wird;
 - f) wenn der Turner nicht mit wenigstens mit einem Fuß zuerst die Landematte berührt;
 - g) wenn der Turner absichtlich im Seitstand landet;
 - h) wenn der Turner einen verbotenen Sprung turnt (gegrätschte Beine, Element vor dem Brett);
 - i) wenn der Turner für Sprünge der Gruppe V nicht die Rondatmatte (Brettumrandung) benutzt.

7.4 Zusätzliche Informationen und Regeln

1. Es gibt keinen Mindest-Brettabstand.
2. Verschiedene Flugphasen werden wie folgt definiert:
 - mindestens ein Unterschied von 180° oder mehr bei Drehungen,
 - Vorwärtssprung oder Rückwärtssprung,
 - oder verschiedene Körperpositionen bei Saltos: gehockt, gebückt, gestreckt.

Wertung M 14-17 und M 18+

Abzugstabelle für das A-Kampfgericht

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30P.	schwer 0,50 P.
mehr als 25 m Anlauf			X vom Endwert
misslungener oder nicht regelgerechter Sprung	0,00 Punkte vom A-Kampfgericht		
wenn der Turner die Sicherheitsumrandung bei Rondatsprüngen nicht benutzt	0,00 Punkte vom A-Kampfgericht		

7.5 B-Abzugstabelle

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P.
Ausführungsfehler in der 1. und 2. Flugphase	X	X	X
Technikfehler in der 1. und 2. Flugphase	X	X	X
mangelhafte Landevorbereitung	X	X	
Hände nicht in einer Linie bei direkten Sprüngen		X und der Sprung wird als Sprung der Gruppe IV gewertet	X

7.6 Elementetabelle

Nr.	Bezeichnung	Wert
NE	Sprunggrätsche	1,0
NE	Sprunghocke	1,5
101	Bücke	2,0
102	Bücke mit 1/2 Dreh.	2,0
107	Hecht	2,2
108	Hecht mit 1/2 Dreh.	3,0
109	Hecht mit 1/1 Dreh.	6,0
110	Hecht mit 3/2 Dreh.	8,0
111	Hecht mit 2/1 Dreh.	9,0
201	Sprung vw. mit 1/1 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw.	4,0
202	Sprung vw. mit 1/1 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 1/2 Dreh.	5,0
203	Sprung vw. mit 1/1 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 1/1 Dreh.	6,0
207	Sprung vw. mit 1/1 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gehockt	7,0
208	Sprung vw. mit 1/1 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. geh. 1/2 Dreh.	8,0
213	Sprung vw. mit 1/1 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gebückt	9,0
301	Handstütz-Sprungüberschlag vw.	3,0
302	Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 1/2 Dreh.	4,0
303	Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 1/1 Dreh.	5,0
304	Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 3/2 Dreh.	6,0
305	Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 2/1 Dreh.	7,0
307	Handstütz-Sprungüberschlag vorwärts mit Beugen und Strecken der Hüfte in der 2. Flugphase)Yamashita)	3,0
308	Yamashita mit 1/2 Dreh.	4,0
309	Yamashita mit 1/1 Dreh.	5,0
310	Yamashita mit 3/2 Dreh.	6,0
311	Yamashita mit 2/1 Dreh.	7,0
313	Handstütz-Sprungüberschlag vw, und Salto vw, gehockt	5,0
314	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gehockt mit 1/2 Dreh.	6,0
315	Handstütz-Sprungüberschlag vw, und Salto vw. gehockt mit 1/1 Dreh.	7,0
316	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gehockt mit 3/2 Dreh. (Kroll)	8,0
317	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gehockt mit 2/1 Dreh.	9,0
319	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gebückt	6,0
320	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gebückt mit 1/2 Dreh.	7,0
321	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gebückt mit 1/1 Dreh.	8,0
322	Handstütz-Sprungüberschlag vw, und Salto vw. gebückt mit 3/2 Dreh.	9,0

Nr.	Bezeichnung	Wert
325	Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 1/1 Dreh, und Salto vw. gehockt	9,0
326	Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 1/1 Dreh, und Salto vw. gebückt	10,0
331	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestreckt	8,0
332	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestreckt mit 1/2 Dreh.	9,0
333	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestreckt mit 1/1 Dreh.	10,0
334	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestreckt mit 3/2 Dreh.	11,0
335	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestreckt mit 2/1 Dreh.	12,0
336	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestreckt mit 5/2 Dreh.	13,0
337	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Doppelsalto vw. gehockt (Roche)	12,0
338	Roche mit 1/2 Dreh.	13,0
339	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw, gehockt mit 1/2 Dreh, und Salto rw.	13,0
340	Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Doppelsalto vw, gebückt (Blanik)	13,0
401	Handstütz-Sprungüberschlag sw. mit 1/4 Dreh.	3,0
402	Handstütz-Sprungüberschlag sw. mit 3/4 Dreh.	4,0
403	Handstütz-Sprungüberschlag sw, mit 5/4 Dreh.	5,0
404	Handstütz-Sprungüberschlag sw, mit 1/4 Dreh. und Salto vw. gehockt	5,0
405	Handstütz-Sprungüberschlag sw, mit 1/4 Dreh. und Salto vw. gebückt	6,0
407	Handstütz-Sprungüberschlag sw, mit 1/4 Dreh, und Salto vw. gestreckt	9,0
413	Handstütz-Sprungüberschlag mit 1/4 - 1/2 Drehung in der 1. Flugphase und Salto rückwärts gehockt in der 2. Flugphase (Tsukahara gehockt)	5,0
414	Tsukahara gehockt mit 1/2 Dreh.	6,0
415	Kasamatsu gehockt	7,0
416	Tsukahara gehockt mit 3/2 Dreh.	8,0
416	Kasamatsu gehockt mit 1/2 Dreh.	8,0
417	Tsukahara gehockt mit 2/1 Dreh.	9,0
419	Tsukahara gebückt	5,5
421	Tsukahara gebückt mit 1/1 Dreh.	7,5
425	Tsukahara gestreckt	7,0
426	Tsukahara gestreckt mit 1/2 Dreh.	8,0
427	Tsukahara gestreckt mit 1/1 Dreh.	9,0
427	Kasamatsu gestreckt	9,0
428	Tsukahara gestreckt mit 3/2 Dreh.	10,0
428	Kasamatsu gestreckt mit 1/2 Dreh.	10,0
429	Tsukahara gestreckt mit 2/1 Dreh.	11,0
429	Kasamatsu gestreckt mit 1/1 Dreh.	11,0
430	Kasamatsu gestreckt mit 3/2 Dreh.	12,0
431	Kasamatsu gestreckt mit 2/1 Dreh.	13,0

Nr.	Bezeichnung	Wert
437	Tsukahara mit Salto rw. gehockt	12,0
443	Tsukahara mit Salto rw. gebückt	13,0
501	Rondat und Handstütz-Sprungüberschlag rw.	3,0
502	Rondat und Handstütz-Sprungüberschlag rw. mit 1/2 Dreh.	4,0
503	Rondat und Handstütz-Sprungüberschlag rw. mit 1/1 Dreh.	5,0
507	Rondat und Handstütz-Sprungüberschlag rw. und Salto rw. gehockt (Yurchenko)	5,0
508	Yurchenko gehockt mit 1/2 Dreh.	6,0
509	Yurchenko gehockt mit 1/1 Dreh.	7,0
510	Yurchenko gehockt mit 3/2 Dreh.	8,0
511	Yurchenko gehockt mit 2/1 Dreh.	9,0
513	Yurchenko gebückt	5,5
515	Yurchenko gebückt mit 1/1 Dreh.	7,5
516	Yurchenko und Salto rw. gehockt (Melissanidis)	12,0
517	Melissanidis gebückt	13,0
519	Yurchenko gestreckt	7,0
520	Yurchenko gestreckt mit 1/2 Dreh.	8,0
521	Yurchenko gestreckt mit 1/1 Dreh.	9,0
522	Yurchenko gestreckt mit 3/2 Dreh.	10,0
523	Yurchenko gestreckt mit 2/1 Dreh.	11,0
525	Yurchenko gestreckt mit 5/2 Dreh.	12,0
531	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw.	3,5
532	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. gebückt	3,5
533	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 1/2 Dreh.	4,5
534	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. gebückt mit 1/2 Dreh.	4,5
535	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. mit 1/1 Dreh.	5,5
537	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gehockt	5,5
538	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw, geh, mit 1/2 Dreh.	6,5
540	Rondat, 1/2 Dreh. und Handstütz-Sprungüberschlag vw, und Doppelsalto vw. gehockt	12,5
543	Rondat, 1/2 Dreh. und Handstütz-Sprungüberschlag vw, und Salto vw. gebückt	6,5
544	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw, geb. mit 1/2 Dreh. (Nemov)	7,5

Nr.	Bezeichnung	Wert
549	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestreckt	8,5
550	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestr. mit 1/2 Dreh.	9,5
551	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestr. mit 1/1 Dreh.	10,5
552	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw, gestr. mit 3/2 Dreh.	11,5
553	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestr. mit 2/1 Dreh.	12,5
555	Rondat, 1/2 Dreh, und Handstütz-Sprungüberschlag vw. und Salto vw. gestr. mit 5/2 Dreh.	13,5
561	Rondat, 1/1 Dreh, zum Handstütz-Sprungüberschlag rw.	4,0
562	Rondat, 1/1 Dreh, zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. mit 1/2 Dreh.	5,0
563	Rondat, 1/1 Dreh, zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. mit 1/1 Dreh.	6,0
567	Rondat, 1/1 Dreh. zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. und Salto rw, gehockt	6,0
568	Rondat, 1/1 Dreh, zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. und Salto rw. geh. mit 1/2 Dreh.	7,0
569	Rondat, 1/1 Dreh. zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. und Salto rw. geh, mit 1/1 Dreh.	8,0
570	Rondat, 1/1 Dreh, zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. und Salto rw. geh. mit 3/2 Dreh.	9,0
571	Rondat, 1/1 Dreh, zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. und Salto rw. geh. mit 2/1 Dreh.	10,0
573	Rondat, 1/1 Dreh. zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. und Salto rw, gebückt	6,5
579	Rondat, 1/1 Dreh. zum Handstütz-Sprungüberschlag rw. und Salto rw. gestreckt (Scherbo)	8,0
580	Scherbo mit 1/2 Dreh.	9,0
581	Scherbo mit 1/1 Dreh.	10,0
582	Scherbo mit 3/2 Dreh.	11,0
583	Scherbo mit 2/1 Dreh.	12,0

Die häufig vorkommenden Sprünge sind farblich gekennzeichnet.

7.7 Bewertung der P-Übungen Sprung nach Kürwertung

7.7.1 P5A - Sprung

Gerät: Sprungtisch (oder Bock, Sprungbrett min. 0,5 m Abstand),

Gerätehöhe: 1,10

Ausschreibung	Teil	Wert
Sprunghocke	TE	1,0

A-Wert 1,0

7.7.2 P6A - Sprung

Gerät: Sprungbrett, Sprungtisch,

Gerätehöhe: 1,35 m

Ausschreibung	Teil	Wert
Sprunghocke	NE	1,5

A-Wert 1,5

7.7.3 P7A - Sprung

Gerät: Sprungbrett, Sprungtisch,

Gerätehöhe: 1,35 m

Ausschreibung	Teil	Wert
Handstütz-Sprungüberschlag	301	3,0

A-Wert 3,0

7.7.4 P8A - Sprung

Gerät: Sprungbrett, Sprungtisch

Gerätehöhe: 1,35 m

Ausschreibung	Teil	Wert
Handstütz-Sprungüberschlag mit 1/2 LAD in der 2. Flugphase.	302	4,0

A-Wert 4,0

7.7.5 P9A - Sprung

Gerät: Sprungbrett, Sprungtisch

Gerätehöhe: 1,35 m

Ausschreibung	Teil	Wert
Handstütz-Sprungüberschlag mit 1/1 LAD in der 2. Flugphase.	303	5,0

A-Wert 5,0

8 Barren

8.1 Beschreibung der Barrenübung

- Barrenhöhe: 1,80 m von der Mattenoberkante (bzw. gemäß Ausschreibung).
- Eine Barrenübung besteht hauptsächlich aus Schwung- und Flugelementen aus allen Elementgruppen.
- Diese Elemente werden mit kontinuierlichem Übergang durch verschiedene Hang- und Stützpositionen geturnt, so dass das volle Potential des Geräts ausgeschöpft wird.

8.2 Übungsausführung

1. Die Barrenübung beginnt nach dem Absprung oder Anlauf aus dem ruhigen Stand mit geschlossenen Beinen, sobald eine oder beide Hände den Barren berühren. Die Bewertung beginnt, sobald die Füße den Boden verlassen. Schwung holen mit einem Bein oder Klettern an den Barren ist nicht gestattet. Die Füße müssen gleichzeitig den Boden verlassen.
2. Ein Sprungbrett auf der Höhe der Landematten ist gestattet.
3. Vorelemente sind nicht gestattet. Das bedeutet, dass kein Element mit mehr als einer 180° Drehung in einer Körperachse erlaubt ist, bevor die Hände den Barren berühren.
4. Die Übung darf nur Elemente enthalten, die der Turner sicher und mit hohem Grad an technischer und ästhetischer Perfektion beherrscht.

Nationale Regelung:

- a) Es sind mehr als 3 Halten > 1 Sek. erlaubt.
- b) Eine beabsichtigte Halte muss mindestens 2 Sek. gehalten werden.
- c) Rückschwünge im Stütz oder Oberarmhang, die nicht zu einem Element führen, sondern nur den Schwung umkehren und in eine niedrigere Hangposition (Ablegen) führen, werden nicht separat abgezogen. Die Schwungamplitude beim Rückschwung (hoher Rückschwung) unterliegt der Bewertung des B-Kampfgerichts, z. B.:
 - Rückschwung im Oberarmhang, Schwebekippe;
 - Rückschwung im Stütz, Ablegen, Stemmaufschwung vorwärts;
 - Rückschwung im Stütz, Ablegen in den Hang;
 - Kippaufschwung (Schwebekippe) zum Oberarmhang, oder in den Stütz und dann in den Oberarmhang;
 - Handstand, Senken in den Oberarmhang mit Rolle vorwärts.

Halbe Zwischenschwünge werden abgezogen, d.h. wenn z.B. nach einem Rückschwung im Stütz kein Element folgt und im Stütz mit einem Vorschwung weitergeturnt wird.

- d) Es ist kein Zwischenstütz bei Elementen mit Drehungen im einarmigen Stütz erlaubt, wie z.B. bei Riesenfelgen mit Drehung, Stemmaufschwung rückwärts mit Drehung, Stemmaufschwung vorwärts mit 1/1 Drehung, Felgenelementen

Wertung M 14-17 und M 18+

mit Drehung usw..

- e) Die folgenden Elemente oder Elementgruppen sind nicht gestattet:
- Kraft- und Halteelemente, die nicht in der Elementliste oder im Elementekatalog aufgeführt sind.

8.3 Information zur A-Wertung

1. Elementgruppen:

- I Schwungelemente durch den Stütz an beiden Holmen
- II Schwungelemente durch den Oberarmstütz
- III Schwungelemente durch den Hang an einem Holm oder zwei Holmen
- IV Unterschwünge, Felgen
- V Abgänge

2. Schwierigkeiten:

- f) Bei Elementen mit Drehungen werden die Drehungen nur als Teil des Elements anerkannt, wenn sie vor dem Erreichen der Handstandposition geturnt werden.
- g) Außer anders aufgeführt haben Elemente, die beim Wiederfassen im Stütz mit gebeugten Armen enden, den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer wie Elemente, die beim Wiederfassen im Oberarmhang enden. Elemente, die im Stütz mit gebeugten Armen beginnen, haben den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer wie Elemente aus dem Stütz.
- h) Außer anders beschrieben haben Elemente in einer ungewöhnlichen Griffposition den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer wie Elemente mit dem gewöhnlichen Griff.

8.4 Zusätzliche Informationen und Regeln

Viele Elemente führen in den Handstand auf einem Holm oder beiden Holmen. Diese Handstände müssen nicht gestanden sein, aber so überzeugend ausgeführt werden, dass der/die Kampfrichter/in davon ausgehen kann, dass der Turner den Handstand hätte stehen können, wenn er gewollt hätte.

8.5 B-Abzugstabelle

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P.
einbeiniger Absprung oder Anschwingen zum Angang		X	
unkontrollierte Handstandposition auf einem Holm oder beiden Holmen	X		
Vorelement			X
Gehen im Handstand	X jedes Mal		
zu wenig Streckung beim Wiederfassen nach Saltos	X	X	
Unkontrolliertes Wiederfassen nach Saltos oder Abstoßen vom Gerät		X	X
Überschreitung von 50 Sek. bis zum Übungsbeginn	0,30 P. vom Endwert durch Koordinator/in des Kampfgerichtes des Gerätes		

8.6 Elementetabelle

Barren	Übersicht aller Teile des CdP 2006, der Nationalen und der Turnerischen Elemente (Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit und z.T. umgangssprachlich)							
TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
Außenquersitz	Elementgruppe I: Schwungelemente durch den Stütz auf beiden Holmen	Stützkehre vw. in den Oberarm- stütz	Handstand (2 Sek.)	Kehrschwung gespr. (Kato)	Stützkehre (auch auf 1 Holm)			
Grätschsitz (2 Sek.)		Stützkehre vw. in den Stütz	Winkelstütz (2 Sek.)	Schwung vw. m. 1/1 Dreh. z. Oberarm- hang (Carminucci)	3/4 Diamidov -3/4Healy zurück (Ma- kuts mit Rich- tungsumkehr)	Stützkehre i.d. Seitstütz auf 1 Holm (Biloserchev)		
		Vorgrätschen am Barrenende zum Stütz	Vorgrätschen	Rück- grätschen	Rück- grätschen z. Handst.	Vorschwung 3/4 Dreh. a.1 H. Kehre z. Seith. (De Freitas)		
		Spitzwinkel- stütz, (2 Sek.) auch an 1 Holm		Rückgrätschen m. Salto a.d. Oberarme	Diamidov (auch mit 1/4 Dreh. auf 1 Holm)	Diamidov 1/2 Dreh.	Diamidov m. 5/4 Dreh. (Pegan)	
		Heben i. d. Handst. mit geb. Armen und geb. . Hüften (2 Sek.)		Langs. Heben i.d. Handst. m. gestreckt. Armen (2 Sek.)	3/4 Diamidov 3/4 - 3/4 Healy auf die Oberarme	Diamidov - 3/4 Healy (Makuts)		
		Überschlag rw. i.d. Stütz		Vorschw. z. Handst. m. Umspr.	Luftrolle rw. i.d. Handstand	Luftrolle rw. Vorgrätschen		
		Ellenbogen- stützwaage (2 Sek)			Lufr. rw. m.1/2 Dreh. z. Ob.St. (Toumilovitch)	Dosa rw. z. Hang (Morisue)	Morisue geb.	
		Stützwaage gegrätscht/ geschlossen (2 Sek)		Handst. 1 /4 Dreh. z. z. Stütz	Handst. 3/4 Dreh. 1 /4 Dreh. z. Stütz	3/2 Salto rw. m. 1 /2 Dreh. a.d. Oberar- me (Suarez)		

Barren TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe I: Schwungelemente durch den Stütz auf beiden Holmen	Tschechen- Kehre, auch als Angang			Stützkehre rw. M. 1/2 Drehung und Rück- grätschen	Luftrolle a. 1 Holm (Peters)		
		Stützkehre rw. in den Oberarm- stütz Stützkehre mind. waagrecht		Stützkehre rw.	Stützkehre rw. d. d. Handst. (Novikov)			
				Healy auf die Oberarme	von 1 Holm Healy a.d. Oberarme	Healy	B-Teil (gespr) a. 1 Holm + Healy	
Rückschwung min. waagrecht			Rückschwung Handstand (2 Sek.)	Gesprungene 1/2 Dreh.	Gesprungene 3/4 Dreh.	Gesprungene (Gatson 1)	m. Gatson Dreh. (Gatson 2)	
			1 /2 Dreh. vw.	1/1 Dreh. a. b. Holmen				
			1/2 Dreh. rw.	v.1 Holm 1/2 o. 3/4 Dreh.	v.1 Holm 1/1 o. 5/4 Dreh.			
		Beugestütz- schwingen vw/rw mit 1/2 Drehung i.d. Stütz			a.d. Handst. Überfallen Z. Stütz (Carballo 2)			
		Salto vw. i.d. Oberarmstütz		5/4 Salto vw. auf die Oberarme	Salto vw. z. Stütz	Salto vw. m. Ausgrätschen z. Oberarm-St.	Salto vw. m. Ausgrätschen z. Stütz	
				Salto vw. 1/4 Dreh. i.d. Seithang	a. Ende Salto vw. z. Hang	Doppelsalto vw. geh.	Doppelsalto vw. geb.	
			Kreis-Flanke/ Thomas	Kreis-Flanke/ Thomas m. Blick n. außen	Russe 360° (Delasalle)		Salto vw. m. 1/1 Dreh. z. Obera. St. (Urzica)	
					Thomas z. Handst.			
					Thomas z. Handst. 1 /2 Dreh.			

Barren TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe II: Schwungelemente durch den Oberarmstütz		Stemme vw.		Stemme vw. Rückgr. z. Handst.	Stemme vw. 1/2 Dreh. z. Handst.	Stemme vw. 1/1 Dreh. z. Handst. (Richards)	
		Stemme vor- wärts m. 1/2 Dreh. in den Stütz oder Ober- armstütz	Stemme vw. 1/4 Dreh. z. Hang seit	Rolle rw. m. 1/2 Dreh. z. Stütz (Watanabe) o. Stemme vw. m. Bücke u. 1/2 Dreh.		Stemme vw. 3/4 Dreh. z. Handst. 3/4 Dreh. auf die Oberarme	Stemme vw. 3/4 Dreh. z. Handst. 3/4 Dreh. z. Stütz (Tsolakidis 1)	
		Rolle rückwärts den Hang oder Stütz		Rolle rw. z. Handst.				Stemme vw. m. 3/2 Dreh. (Tsolakidis 2)
		Ober- Armstand/ Schulterstand (2 Sek.)		Rolle rw. m. Vorgr. z. Oberarmh.	Rolle rw. Vorgr. z. Stütz		Stemme vw. Dosa rw. (Dimitrenko)	Dimitrenko geb.
		Stemme rückwärts in den Stütz		Stemme rw. z. Handst.	Stemme rw. m. gespr. 1/2 Dreh. z. Handst.	Stemme rw. m. gespr. 3/4 Dreh. z. Handst.		
		Stemme rückwärts zum Grätschwinkel- stütz		Stemme rw. 1/2 Dreh. Rückgr. a. d. Oberarme	Stemme rw. 1/2 Dreh. Rückgrätsch. in den Stütz			
		Oberarm- Kippe		Stemme rw. 1/2 Dreh. z. Stütz	Stemme rw. m. 5/4 Salto a. d. Obera. (Yamawaki)	Stemme rw. m. Salto vw.		
				Stemme rw. Vorgrätschen				

Barren TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe III: Schwungelemente durch den Hang an 1 oder 2 Holmen				Moy	Tippelt		
					Moy 1/1 Dreh. z. Oberarmhang (Nolet)	Tippelt m. Salto vw.		
		Moy gehockt oder ge- bückt in den Oberarm- stütz			Moy ohne Lösen der Hände	Riesenfelge m. Ein- und Aus- schultern (Wells)		
		Riesenfelgum- schwung i.d. Stütz			Riesenfelge (Kenmotsu)			
					Riesenfelge 1/2 Dreh.	Riesenfelge m. Diamidov	Riesenf. m. 5/4 o. 3/2 Dreh.	
		Schwebe- kippe mit 1/2 Dreh. in den Oberarm- stütz		Abschwingen m. Salto rw.	Riesenfelge 1/2 Dreh. z. Oberarmhang (Gushiken)	Riesenfelge 1/2 Dreh. z. Stütz rücklings		Belle m. 1/1 Dreh. (Quintero)
				Riesenfelge m. Vor- grätschen a. d. Ober- arme	Riesenfelge m. Vorgr. z. Stütz (Korolev)		Riesenfelge Doppelsalto rw. (Belle)	Belle geb .
					am Ende Gienger (Chartrand)	Riesenfelge u. Salto rw. m. 1/2 Dreh. a.d. Oberarme		Riesenfelge 1/2 Dreh. u. 3/2 Salto vw. (Tanaka)
		Kippe aus dem Strecksturz- hang am Barrenende i.d. Stütz	Schwebe- kippe	Schwebe- kippe 1/2 Dreh. z. Stütz	Schwebe- kippe rw. z. Handst.			
		Fallkippe i.d. Stütz			Schwebe- kippe Ausgr. z. Handst.			
				Seitkippe gegr.	Seitkippe geb.	Seitkippe geb. m. 3/4 Dreh. gespr.		
				auf 1 Holm Kippe m. Spr. z. anderen Holm (Li Donghua)	Seit-Stalder- schwung z. Handst.			

Barren TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe IV: Unterschwünge		Feig- abschwung	Felg- abschwung z. Stütz	Felge 1/2 Dreh. z. Oberarmh.	Felge 1/2 Dreh. z. Stütz rückl.		
				Unterschw. m. 1/2 Dreh. a.d.Oberarme	Felg- abschwung 1/2 Dreh. z. St.	Felge z. Handst.	Feige 1/2 Dreh. z. Handst.	
							Felge 3/4 Dreh. z. Handst.	Felge Diamidov (Teng Hai Bin)
		Felge rw. in den Stütz		Felge m. Wandern z. Hang	Felge Vorgrätschen	Felge m. Ein- und Aus- schultern z. Handst.		
			Felge vl. vw. z. Stütz	Felge vw./ 2 Dreh. z. Stütz		Felge Salto rw. z. Oberarmh. (Tajeda)		
		Felge in den Oberarm- stütz		Seitstand Felge m. Springen a.d. and. Holm	Seitstand Felge m. 1/4 Dreh. z. Handst.			
	Elementgruppe V: Abgänge	Fechterflanke a.d. Außen- quersitz						
		Wende mit 1/2 Drehung (Wendekehre)						
		Kehre mit 1/2 Drehung (Kehrwende)						
Kehre		Salto vw. gehockt (auch m. 1/2 Dreh.)	Salto vw. geb. o. gestr.	Salto vw. geb. oder gestr. 1/2 Dreh.	Salto vw. 1/1 o. 3/2 Dreh.	Salto vw. 2/1 o. 5/2 Dreh.	Doppelsalto vw.	
Kehre mit 1/4 Drehung einwärts		Holländer			a. Holmende Doppelsalto vw.		Doppelsalto vw. 1/2 Dreh.	
Wende min. 45°		Salto rw. gehockt (auch m. 1/2 Dreh.)	Salto rw. geb. o. gestr.	Salto rw. geb. o. gestr. 1/2 Dreh.	Salto rw. 1/1 o. 3/2 Dreh.	Salto rw. 2/1 Dreh.		
Wende mit 1/2 Drehung einwärts		Drehwende gehockt, gebückt, gestreckt				Handst.wende Salto rw. (Roethlisber- ger)		

Barren TE =0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe V: Abgänge	Handstand auf 1 Holm, Abgrätsch./ -hocken		Stütz a. Hol- mende m. Blick n. innen Doppelsalto rw.	Doppelsalto rw. geh.	Doppelsalto rw. geb.		Tsukahara (Hiroyuki Kato)
		a. d. Hang am Holm- ende Salto rw.		a.d. Hang am Holmende Doppelsalto rw.		a.d. Hang am Holmende Tsukahara		

8.7 Bewertung der P-Übungen Barren nach Kürwertung

8.7.1 P5A - Barren

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Innenquerstand: Sprung in den Stütz zum	-	-				
(2) Vorschwung	-	-				
(3) Rückschwung (waagrecht)	TE 1	0,1				
(4) Vorschwung in den Grätschsitz , Arme in Seithalte – 2s –	TE 2	0,1				
(5) Heben der Beine in den Winkelstütz mit geschlossenen Beinen	-	-				
(6) Abschwung, Rückschwung (waagrecht)	TE	- (Wh. 3)				
(7) Vorschwung ,	-	-				
(8) Rückschwung (waagrecht),	TE	- (Wh. 3)				
(9) Vorschwung	-	-				
(10) Rückschwung, Wende (mind. 45°) in den Außenquerstand seitlings	TE 3	0,1				

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	-	-		-	
TE	5	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	-	-		-	
A-Wert		3	0,3	3	0,3

Fehlende Teile		4		5	
B-Startwert			4,0		4,0

8.7.2 P6A - Barren

Gerätehöhe: 1,70 m

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Sprung in den Oberarmstütz: Vorschung in die hohe Kipplage, Oberarm-Kippe in den Grätschsz	NE 1	0,3			II	0,5
(2) Heben in den Oberarmstand – 2s –	NE 2	0,3			II	- Wh.1
(3) Abrollen in den Grätschsz	TE 3	0,1				
(4) Einschwingen, Rückschwung (über waagrecht)	TE 4	0,1				
(5) Vorschung	-	-				
(6) Rückschwung (über waagrecht)	TE	- (Wh. 4)				
(7) Vorschung	-	-				
(8) Rückschwung, Wende rechts (mind. 45°) mit 1/2 Drehung rechts (oder gegengleich) in den Außen- querstand	TE 5	0,1				

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	2	2	0,6	2	0,6
TE	4	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	II	1	0,5	1	0,5
A-Wert		5	1,4	5	1,4

Fehlende Teile		2		3	
B-Startwert			8,0		7,0

8.7.3 P7A - Barren

Gerätehöhe: 1,80 m

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Sprung in den Oberarmhang: Stemmaufschwung vorwärts in den Stütz	A 2	0,5			II	0,5
(2) Rückschwung über waagrecht	TE 6	0,1				
(3) Vorschwung in den Winkelstütz – 2s –	A 3	0,5			I	0,5
(4) Rückschwung (über waagrecht)	TE	- (Wh.2)				
(5) Vorschwung	-	-				
(6) Rückschwung, Oberarmstand – 2 –	NE 4	0,3			II	- Wh.1
(7) Abrollen zum Stemmaufschwung rückwärts (im Stütz Körper waagrecht)	NE 5	0,5			II	- Wh.1
(8) Vorschwung	-	-				
(9) Rückschwung (mind. 45°)	TE	- (Wh.2)				
(10) Vorschwung	-	-				
(11) Rückschwung, Dreh-Hocke in den Außenquerstand ohne Griff am Holm			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	NE	1	0,3	1	0,3
A-Teile	2	2	1,0	2	1,0
NE	2	2	0,6	2	0,6
TE	3	1	0,1	1	0,1
Elementgruppen	I, II, V	3	1,5	3	1,5
A-Wert		6	3,5	6	3,5

Fehlende Teile		1		2	
B-Startwert			9,0		8,0

8.7.4 P8A - Barren.

Gerätehöhe: 1,80 m

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Sprung in den Eilhang: Vorschwung, Kippaufschwung vorwärts in den Stütz	A 2	0,5			III	0,5
(2) Rückschwung mit gestrecktem Körper (über waagrecht)	TE 8	0,1				
(3) Vorschwung	-	-				
(4) Rückschwung in den Handstand - 2 s -	A 3	0,5			I	0,5
(5) Senken in den Winkelstütz – 2s –	A 4	0,5			I	- Wh.4
(6) Heben in den Handstand mit gebeugter Hüfte und gebeugten Armen – 2s –	NE 5	0,3			I	- Wh.4
(7) Abschwung, Vorschwung	-	-				
(8) Rückschwung in den Oberarmstand - 2s -	NE 6	0,3			II	0,5
(9) Abschwngen vorwärts Stemmaufschwung rückwärts in den Stütz, (Füße mind. in Höhe der Schulterwaagrechten)	NE 7	0,3				
(10) Vorschwung	-	-				
(11) Rückschwung Dreh-Hocke in den Außenquerstand ohne Griff am Holm			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	NE	1	0,3	1	0,3
A-Teile	3	3	1,5	3	1,5
NE	3	3	0,9	3	0,9
TE	1	1	0,1	1	0,1
Elementgruppen	I, II, III, V	4	2,0	4	2,0
A-Wert		8	4,8	8	4,8

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

8.7.5 P9A - Barren

Gerätehöhe: 1,80 m

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Sprung in den Eilhang: Vorschwung, Kippaufschwung in den Stütz	A 3	0,5			III	0,5
(2) Rückschwung in den Handstand – 2 Sek. –	A 4	0,5			I	0,5
(3) Felgabschwung in den Oberarmstütz; (=Felgunterschwung in den Oberarmhang)	A 5	0,5			IV	0,5
(4) Stemmaufschwung rückwärts in den Stütz (Füße mind. in Höhe der Schulterwaagrechte)	NE 7	0,3			II	0,5
(5) Vorschwung in den Winkelstütz – 2 Sek. –	A 6	0,5			I	- Wh.2
(6) Heben in den Handstand mit gestreckten Armen und gebeugter Hüfte (Schweizer Handstand) – 2s –	B 2	0,7			I	- Wh.2
(7) Vorschwung	-	-				
(8) Rückschwung (mind. 45°)	TE 8	-				
(9) Vorschwung, Salto rückwärts gehockt in den Außenquerstand seitlings			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	NE	1	0,3	1	0,3
B-Teile	1	1	0,7	1	0,7
A-Teile	4	4	2,0	4	2,0
NE	1	1	0,3	1	0,3
TE	1	1	0,1	1	0,1
Elementgruppen	Alle	5	2,5	5	2,5
A-Wert		8	5,9	8	5,9

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

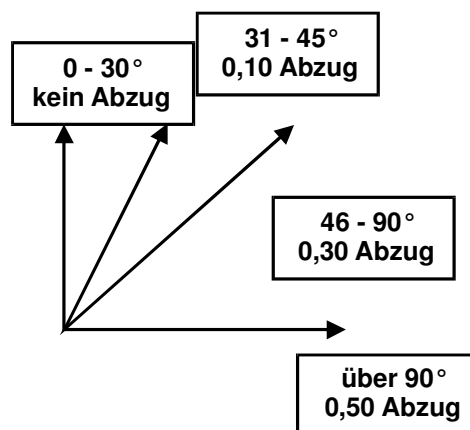
9 Reck

9.1 Beschreibung der Reckübung

- Reckhöhe: von der Mattenoberkante aus 2,60 m.
- Die Reckübung muss dynamisch präsentiert werden
- Sie darf nur aus der Verbindung von Schwung- und Flugelementen und Drehungen bestehen.
- Es müssen stangennahe Elemente geturnt werden.
- Die Vielfalt der Griffe muss ausgenutzt werden.

9.2 Übungsausführung

1. Die Übung darf nur Elemente enthalten, die der Turner sicher und mit hohem Grad an technischer und ästhetischer Perfektion beherrscht.
2. Andere Anforderungen an die Ausführung und den Aufbau sind:
 - a) Die Übung muss ausschließlich aus Schwungelementen ohne Halt oder Pause bestehen.
 - b) Bei Elementen mit Drehungen werden Abweichungen von der vorgeschriebenen Körperposition zum Ende der Drehung (nach Wiederfassen) entsprechend den folgenden spezifischen Regeln gehandhabt:
 - 0° - 30° Abweichung kein Abzug;
 - 31° - 45° Abweichung kleiner Fehler;
 - 46° - 90° Abweichung mittlerer Fehler;
 - mehr als 90° Abweichung großer Fehler.



- c) Flugelemente müssen einen deutlichen Höhenanstieg des Körperschwerpunktes aufweisen.

Nationale Regelung

- d) Rückschwünge, die nicht direkt zu einem Element führen sondern nur die Schwung-richtung umkehren oder in einer niedrigeren Hangposition enden, werden nicht wie Fehler in der Übungszusammenstellung bewertet. Die Schwungamplitude beim Rück-schwung (hoher Rückschwung) unterliegt der Bewertung des B-Kampfgerichts.

Spezielle Beispiele für dieses Ablegen sind:

- Kippe, Rückschwung, Ablegen, Riesenfelge;
- Kippe, Rückschwung, Stalder;
- Kippe, Rückschwung, freie Felge;
- Rückschwung im Kammgriff, Umspringen, Vorschwung;

Halbe Zwischenschwünge werden abgezogen, d.h. wenn z.B. nach einem Rückschwung im Stütz kein Element folgt und im Stütz mit einem Vorschwung weitergeturnt wird.

9.3 Information zur A-Wertung

1. Elementgruppen:

- I Langhangschwünge mit und ohne Drehung
- II Flugelemente
- III stangennahe Elemente
- IV Ellgriff-Elemente, Elemente im Hang rücklings und Elemente, die mit dem Rücken zur Stange geturnt werden;
- V Abgänge

2. Informationen über Verbindungsbonifikation:

Bei der KM werden keine Verbindungsbonifikationen vergeben.

3. Zusätzliche Informationen und Regeln:

- a) Außer anders aufgeführt, ist es egal, ob Elemente aus dem Handstand, dem Rückschwung oder einer anderen Position geturnt werden. Sie haben die gleiche Schwierigkeit und die gleiche Identifikationsnummer.
- b) Außer anders aufgeführt, haben Elemente in einer falschen Griffposition den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer wie Elemente im normalen Griff.
- c) Elemente, die im beidhändigen Ellgriff enden, haben einen um einen Buchstaben höheren Wert als die gleichen Elemente, die nur mit einer Hand im Ellgriff enden. Aber: beide Elemente haben die gleiche Identifikationsnummer. d.h., sie fallen unter die Wiederholungsregel.
- d) Außer anders als in der Schwierigkeitstabelle aufgeführt, sind Elemente mit Füßen auf der Stange nicht gestattet (Ausnahme: Piatti-Elemente).
- e) Das Beginnen oder Wiederfassen von Flugelementen mit einer Hand oder außergewöhnlichem Griff hat den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer wie normal geturnte Flugelemente.
- f) Elemente mit Drehungen müssen in der Aufwärtsbewegung beginnen (Ausnahme: Endo-Elemente). Die Unterbrechung der Drehung führt zur Nicht-Anerkennung des Elements. Alle diese Drehungen müssen im Handstand oder mit einer maximalen Abweichung von 15° beendet werden.
- g) Elemente mit Springen und Drehung in den Handstand müssen während des Springens mit der Drehung beginnen, die zweite Hand darf erst nach Beenden der Drehung wiederfassen. Das Wiederfassen darf mit den beiden Händen nacheinander erfolgen, wenn erst die Drehung beendet werden muss. Das Element gilt als beendet, wenn die zweite Hand wiederfasst.

- h) Ellgriff-Elemente erfüllen nur die Elementgruppe, in der sie aufgeführt sind:
 - Flugelemente aus dem Ellgriff gehören zur Elementgruppe II;
 - Endo-Elemente in den Ellgriff gehören zur Elementgruppe IV.
 - Abgänge aus dem Ellgriff zählen zur Elementgruppe V;
 - i) Anforderungen für Rybalko:
 - Voraussetzung: beide Hände im Ellgriff;
 - sichtbarer Sprung und flüssige Drehung, nicht die Drehung auf einem Stützarm.
 - j) Drehungen um einen Stützarm zählen als beendet, wenn mit der zweiten Hand wiedergefasst wird.
4. Außer anders aufgeführt, zählen folgende Richtlinien zur Bestimmung der Schwierigkeit eines Elements:
- a) Das Basiselement hat einen bestimmten Grundwert;
 - eine 1/2 Drehung erhöht die Schwierigkeit nicht;
 - eine 1/1 Drehung erhöht die Schwierigkeit um eine Wertstufe;
 - eine 1/1 Drehung oder mehr in den beidhändigen Ellgriff erhöht die Schwierigkeit um 2 Wertstufen;
 - ein Sprung erhöht die Schwierigkeit nicht;
 - Wiederfassen im beidhändigen Ellgriff erhöht die Schwierigkeit um eine Wertstufe.
 - b) Ein Element hat den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer, gleichgültig ob die Stange überquert wird oder nicht, solange die minimale Anforderung an die Amplitude erfüllt wird.
5. Flugelemente oder Abgänge aus dem Ellgriff oder dem Hang rücklings haben den gleichen Wert wie Elemente aus normalem Griff. Sie haben aber, mit Ausnahme der Abgänge, eine andere Identifikationsnummer.
6. Maximal zwei einarmige Schwünge durch den Hang sind gestattet. Ein drittes solches Element wird nicht vom A-Kampfgericht anerkannt.

9.4 Zusätzliche Informationen und Regeln

Griffwechsel sind unterschiedliche Elemente:

- 1/1 Drehung mit mehreren Griffwechsel = A+A für 2 halbe Drehungen,
- Stalder 1 /2 Drehung = B,
- Stalder 1/1 Drehung (ohne Springen), mit mehreren Griffwechsel = B+A für Stalder 1/2 Drehung und 1/2 Drehung,
- Stalder mit Quast in den Ristgriff = C, da keine Griffwechsel,
- Stalder 3/2 Drehungen in den Ellgriff (ohne Springen) = B+A+B für Stalder 1/2 Drehung , 1/2 Drehung, 1/2 Drehung in den Ellgriff,
- Stalder Rybalko in den Ellgriff = E,
- aus dem beidhändigen Kammgriff Endo mit 1/2 Drehung = B,
- aus dem Rist- oder Zwiigriff Endo mit Griffwechsel und 1/2 Drehung = B+A,
- aus dem beidhändigen Kammgriff Endo mit 1/1 Drehung in den Ellgriff = D,
- aus dem Zwiigriff Endo mit Griffwechsel und 1/1 Drehung in den Ellgriff = B+C,
- aus dem Ellgriff Umspringen oder Umspringen mit 1/2 Drehung = B,

Wertung M 14-17 und M 18+

- aus dem Ellgriff Umspringen mit 1/1 Drehung in den Ellgriff (vorher D) = B+C (das Umspringen ist B, die 1/1 Drehung in den Ellgriff ist C),
- aus dem Umspringen mit 1/1 Drehung in den Ellgriff und Ellgriff-Riesen mit Umspringen = B+C+ (Wiederholung),
- Endo im Ellgriff, Umspringen mit ganzer Drehung in den Ellgriff (früher E) = C+A+C; Endo im Ellgriff ist C, einarmiger Griffwechsel ist A und die 1/1 Drehung in den Ellgriff ist C,
- Rybalko = D,
- Rybalko = in den einarmigen Hang = C,
- Rybalko in den einarmigen Hang, Umspringen, 1/1 Drehung in den einarmigen Ellgriff = C+A+B; Rybalko in den einarmigen Hang ist C, das Umspringen auf einen Arm ist A, die ganze Drehung in den einarmigen Ellgriff ist B (man sieht, dass alle einarmigen Elemente einen Wert um einen Stufe niedriger haben, als die gleichen Elemente mit beidhändigem Griff).

Elemente mit Drehungen:

Eine Übung kann nicht mehr als eine Griffvariante des gleichen Elementes enthalten, die zweite Ausführung wird als Wiederholung angesehen.

Beispiele:

- Rybalko in den Doppel-Ellgriff — Rybalko in den Mixgriff oder an eine Hand ist nicht erlaubt;
- Endo mit 1/1 Drehung in den Mixgriff — Endo mit 1/1 Drehung in den Doppel-Ellgriff ist ebenfalls nicht erlaubt.

9.5 B-Abzugstabelle

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P.
zu wenig Schwung oder Pause im Handstand oder anderswo	X	X	
geringe Flughöhe	X	X	
Abweichung aus der Bewegungsrichtung	< 15°	> 15°	
nicht erlaubtes Element mit Stangenkontakt der Füße		X	
Passieren der unteren Senkrechte mehr als zweimal mit einem Arm	Keine Anerkennung durch A-Kampfgericht X		
gebeugte Arme beim Wiederfassen nach Flugelement	X	X	
gebeugte Knie bei Umschwüngen (Felgen und Langhangschwünge)	X		

9.6 Elementetabelle

Reck		Übersicht aller Teile des CdP 2006, der Nationalen und der Turnerischen Elemente (Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit und z.T. umgangssprachlich)						
TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe I: Langhangschwünge mit und ohne Drehung	Stemme mit Kreisgrätsche	Stemme rw. z. Handst.	Stemme rw. m. 1/1 Dreh. z. Handst.	Stemme rw. m. 1/1 Dreh. i. Ristgriff			
Rückschwung im Stütz min. 45° über waagrecht		Stemme in den Stütz, auch mit Umspringen	Stemme rw. z. Handst. m. 1/2 Dreh.	Pirouette	Pirouette zum Stütz			
Rückschwung im Langhang min. waagrecht			Riesenfelge vw.	1/1 Dreh. z. Zwiegriff	1/1 Dreh. z. Ellgr.			
			Riesenfelge vw. m. 1/2 Dreh.	Riesenfelge vw. gespr. (auch mit 1/2 Dreh.)	Riesenfelge vw. gespr. m. 1/1 Dreh.			
		Umspringen in den Ellgriff (mit beid. Händen gleichzeitig)		Riesenfelge vw. einarmig	1/1 Dreh i. Ellgr. a. e. Arm Aufschw. m. 1/1 Dreh. (Zou Li Min)			
			Riesenfelge rw.	Riesenfelge rw. einarmig				
		Gesprungene Pendeldrehung (min 45° über waagrecht)	offene / Schlußgriff-drehung					
Umgreifen vom Kamm- oder Ristgriff zum Zwiegriff oder umgekehrt		Umspringen im Rück- oder Vorschwung	Riesenfelge Umspring. z. Kammgriff	Riesenfelge rw. gesprungen	Riesenfelge gespr. m. 1/1 Dreh. (Quast)	Riesenfelge gespr. m. 2/1 Dreh.		
		a.d. Stütz Rückschw. z. Handst. mit 1/2 Dreh.		1/2 Dreh. i. d. Ellgriff	Riesenfelge rw. mit 1/1 Dreh. i. d. Ellgriff			
				Riesenfelge Umspr. i. d. Ellgriff				
				Riesenfelge gespr. 1/2 Dreh. in Ellgriff	3/2 Dreh. gespr. z. Zwiegriff	3/2 Dreh. gespr. z. Ellgriff (Rybalko)		

Reck TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe II: Flugelemente		Bückum- schwung / Kippe m. Ausgr. Z. Hang / Stütz	Bückum- schwung Ausgr. z. Handst.	Bückum- schwung Ausgr. z. Handst. m. 1/2 Dreh. (Carballo)	Carballo m. 1/2 Dreh. z. Mix (Quintero)	Quintero i. d. Ellgriff	
				Stemme rw. mit Vorgr. z. Hang rl.	Markelov	Markelov gest. (Yamawaki)	Yamawaki m. 1/1 Dreh. (Walström)	
					Tkatchev gegr. / geb.	Tkatchev gestr.	Tkatchev gestr. m. 1/1 Dreh. (Ljukin)	
						Konter v.d. Stange Salto vw. gegr. (Xiao Ruizhi)		
				Überbücken (Voronin)	Tkatchev a. Stalder/ freie Felge/ Bückumschw. (Piatti)	Piatti gestr.		
		Kippauf- schwung, Überkehren i.d. Hang		Überkehren	Piatti geb.			Piatti gestr. m. 1/1 Dreh. (Suarez)
					Jäger geb. oder gegr.	Jäger gestr. (Balabanov)	Jäger gestr. m. 1/1 Dreh. (Winkler)	
					Jäger geb. oder gegr. aus dem Ellgriff	Jäger gestr. aus Ellgriff	Jäger gestr. aus Ellgr. 1/1 Dreh. (Pogorelev)	
						Doppelsalto vw. geh. z. Hang (Gaylord)	Doppelsalto vw. m. 1/2 Dreh. (Pegan)	
					Tschechen- riese Tkatchev	Gaylord geb.	Doppelsalto vw. geb. m. 1 /2 Dreh.	
					Deltchev			Kolman gestr. (Cassina)

Reck TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe II: Flugelemente				Gienger		Gienger gestr. 1/1 Dreh. (Deff)	
					Stalder m. Überkehren		Gienger über d. Stange (Gaylord 2)	Gienger ü. d. Stange m. 1/2 Dreh. (Pineda)
						Kovacs	Kovacs geb.	
							Kovacs gestr.	Kovacs 1/1 Dreh. (Kolman)
								Kovacs m. 3/2 Dreh. (Shaham)
Spreiz-Kipp- Aufschwung	Elementgruppe III: Stangennahe Elemente	Langhang- kippe in den Stütz	Kippe Rück- schwung z. Handst. / mit 1 / 2 Dreh.	Weiler	Weiler 1/1 Dreh. z. Zwiegriff	Weiler 1/1 Dreh. z. beidarm. Ellgriff		
		Fallkippe i.d. Stütz						
		Felgum- schwung (mind. Waagrecht)	Felgum- schwung					
Hüftaufzug		Hüft- umschwung rw. i. Stütz	Felgum- schwung m. 1 / 2 Dreh.	Felgum- schwung 1/2 Dreh i. d. Ellgriff				
		Hüft- Umschwung vorwärts i.d. Stütz	Felgum- schwung m. Umspr. z. Kammgriff	Felgum- schwung m. 1/1 Dreh.				
Felgab- schwung zum Langhang		Felgab- schwung (aufgegrätscht/ gebückt/frei) m. 1 / 2 Dreh. z. Vorschw.		Endo				
				Endo 1/2 Dreh.	Endo 1/1 Dreh. z. Mixgriff	Endo 1/1 Dreh. z. Ellgriff		

Reck TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	EG III: Stangenn. Elemente	Aufgrätsch-/Aufbückumschwung zum Handstand		Stalder	Stalder 1/1 Dreh. gespr.	Stalder m. 1/1 Dreh. gespr. i. d. Ellgriff	Stalder m. 3/2 Dreh. gespr. i. d. Ellgriff	
		Freier Felgabschwung (gegrätscht, gebückt, auch mit 1/2 Drehung)		Stalder 1 /2 Dreh.	Stalder 1 /2 Dreh. z. Ellgriff			
		Aufschwung / Riesenfelgaufschwung		Stalder Umspr. z. Kammgriff	Stalder Umspr. z. Ellgriff			
		Kippaufschwung rücklings, vorwärts/ rückwärts						
		Kippumschwung rücklings, vorwärts/ rückwärts						
	Elementgruppe IV: Ellgriffelemente, Elemente im Hang rl., Element m. Rücken zur Stange			Adler 45°	Adler z. Handst.	Adler 1/2 Dreh. z. Handst.	Adler 1/1 Dreh. z. Handst. im Kammgriff	
				Adler 1/1 Dreh. waag. o. Zwiegriff		Adler Umspr. z. Kammgriff		
		Vorschwung im Hang rl., 1/2 Drehung i.d. Hang oder Stütz	Ellg r. stemme rw. mit Umspr. i.d. Handst. m. Ristgriff	Ellgriff- Riesenfelge	Russen- Riesenfelge			
				Ellgriff- Stemme mit Umspr. z. Kammgr. (auch mit 1/2 Dreh.)	Ellgr.-Riese m. 1/1 Dreh. zum Zwie- oder Kamm- griff			
			Umschwung rückl. i.d. Hang	Steinemann	Riesenfelge Einbücken Überschlag i.d. Hang rl.	Tschechen- Riesenfelge		
			Skoumal	Steinemann 1/2 Dreh. z. Stütz (Ono)	Steinemann Durchbücken z. Handst. (Köste)	Tschechen- riesenf. 1/2 Dreh. z. Kammgriff		
				Steinemann Rückflanken z. Stütz	Endo im Ellgriff	Endo im Ellgriff m. 1/1 Dreh. z. Mix		

Reck TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9	D-Teile = 1,1	E-Teile = 1,3	F-Teile = 1,5
	Elementgruppe V: Abgänge	Salto vorwärts gehockt (auch mit 1/2 Dreh.), gebückt, gestreckt	Salto vw. geb. / gest. m. 1/2 Dreh.	Salto vw. m. 1/1 o. 3/2 Dreh.	Salto vw. m. 2/1 o. 5/2 Dreh.			Dreifachsalto vw. (Rumbutis)
					Doppelsalto vw. geh. / geb. auch m. 1/2 Dreh.	Doppelsalto vw. geh. / geb. m. 1/1 o. 3/2 Dreh.	Doppelsalto vw. m. 2/1 o. 5/2 Dreh. geh. / geb.	
						Doppelsalto vw. gestr. auch m. 1/2 Dreh.	Doppelsalto vw. m. 3/2 o. 1/1 Dreh. gestr.	
		Salto rückwärts gehockt, gebückt, (jew. auch mit 1/2 Dreh.), gestreckt	Salto rw. gestr. m. 1/2 o. 1/1 Dreh.	Salto rw. m. 3/2 o. 2/1 Dreh.	Salto rw. m. 5/2 o. 3/1 Dreh.			Doppelsalto gestr. m. 3/1 Dreh. (Fedorchenko)
				Doppelsalto rw. geh. / geb.	Tsukahara	Doppelsalto rw. geh. / geb. m. 2/1 Dreh.		
		Bück-Felgabschwung (auch mit 1/2 Dreh. o. mit Salto), mind. Stangenhöhe			Doppelsalto gestr.	Tsukahara gestr.	Doppelsalto gestr. m. 2/1 Dreh. (Watanabe)	
		Felgabschwung aufgegrätscht frei (auch mit 1/2 Dreh.), mind. Stangenhöhe					Dreifachsalto rw. (Adrianov)	
		Hocke, Bücke oder Grätsche		Doppelsalto rw. geh. / geb. über die Stange	Tsukahara über die Stange	Doppelsalto rw. geh. / geb. m. 2/1 Dreh. ü. d. Stange	Dreifachsalto rw. geb. (Fardan)	
		Felg-abhechten, -abgrätschen			Doppelsalto gestr. über die Stange	Tsukahara gestr. über die Stange		Dreifachsalto m. 1/1 Dreh. (Belle)
			Hecht auch m. 1/2 Dreh.	Hecht 1/1 o. 3/2 Dreh.		Hecht 2/1 Dreh.		

9.7 Bewertung der P-Übungen Reck nach Kürwertung

9.7.1 P5A - Reck

Geräthöhe: Schulterhoch

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Stand vorlings: Hüft-Aufzug in den Stütz	TE 3	0,1				
(2) Vorspreizen eines Beines	-	-				
(3) Abschwngen rückwärts in den Spreizhang, Spreiz-Kippaufschwung	TE 4	0,1				
(4) Rückspreizen	-	-				
(5) Vorschwung, Rückschwung im Stütz (mindestens waagrecht)	-	-				
(6) Hüft-Umschwung rückwärts	NE 2	0,3			III	0,5
(7) Felgabschwung (=Felgunterschwingung) in den Stand			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	2	2	0,6	2	0,6
TE	2	2	0,2	2	0,2
Elementgruppen	III, V	2	1,0	2	1,0
A-Wert		4	1,8	4	1,8

Fehlende Teile		3		4	
B-Startwert			6,0		6,0

9.7.2 P6A - Reck

Geräthöhe: 2,60 m

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang mit Kammgriff: Vorschwung	-	-				
(2) Rückschwung mit Umspringen in den Ristgriff	NE 2	0,3			I	0,5
(3) Vorschwung, Rückschwung (waagrecht)	TE 5	0,1				
(4) Vorschwung	-	-				
(5) Kippaufschwung vorlings vorwärts in den Stütz	NE 3	0,3			III	0,5
(6) Rückschwung im Stütz (waagrecht)	-	-				
(7) Hüft-Umschwung rückwärts	NE 4	0,3			III	- Wh.5
(8) Felgabschwung (=Felgunterschwung) in den Stand			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	4	4	1,2	4	1,2
TE	1	1	0,1	1	0,1
Elementgruppen	I, III, V	3	1,5	3	1,5
A-Wert		5	2,8	5	2,8

Fehlende Teile		2		3	
B-Startwert			8,0		7,0

9.7.3 P7A - Reck

Geräthöhe: 260 cm

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang mit Ristgriff: Vorschwung, Rückschwung mit Umspringen in den Ristgriff	NE 2	0,3			I	0,5
(2) Vorschwung, Rückschwung (waagrecht)	TE 6	0,1				
(3) Vorschwung, Felgaufschwung	NE 3	0,3			III	0,5
(4) Felgabschwung (=Felgunterschwingung) in den Hang	TE 7	0,1				
(5) Stemmaufschwung (=Schwungstemme)	NE 4	0,3			I	- Wh.1
(6) Senken, Kippaufschwung in den Stütz (Fallkippe)	NE 5	0,3			III	- Wh.3
(7) Rückschwung im Stütz (mindestens waagrecht)	-	-				
(8) Felgunterschwingung mit 1/2 Drehung in den Stand			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	5	5	1,5	5	1,5
TE	2	2	0,2	2	0,2
Elementgruppen	I, III, V	3	1,5	3	1,5
A-Wert		7	3,2	7	3,2

Fehlende Teile		-		1	
B-Startwert			10,0		9,0

9.7.4 P8A - Reck

Geräthöhe: 260 cm

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang im Kammgriff: Konterschwingung, Felgabschwung (=Felgunterschwingung), Rückschwung	TE 7	0,1				
(2) Umspringen in den Ristgriff, Vorschwingung	NE 3	0,3			I	0,5
(3) Kippaufschwung in den Stütz	NE 4	0,3			III	0,5
(4) Rückschwung im Stütz (mindestens 45°)	TE 8	0,1				
(5) Hüft-Umschwung rückwärts	NE 5	0,3			III	- Wh.3
(6) Felgabschwung (=Felgunterschwingung) mit 1/2 Drehung in den Zwiagriff	NE 6	0,3			III	- Wh.3
(7) Vorschwingung im Zwiagriff, Rückschwung im Zwiagriff	-	-				
(8) Umgreifen in den Ristgriff	TE 9	0,1				
(9) Vorschwingung , Kippaufschwung in den Stütz	NE	- (Wh.3)				
(10) Rückschwung im Stütz (mindestens 45°)	-	-				
(11) Abschwingen, Riesen-Felgumschwung	A 2	0,5			I	- Wh.2
(12) Riesen-Felgumschwung	A	- (Wh.11)			I	- Wh.2
(13) Abschwingen, Salto rückwärts gestreckt in den Stand			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	NE	1	0,3	1	0,3
A-Teile	2	1	0,5	1	0,5
NE	5	4	1,2	4	1,2
TE	3	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	I, III, V	3	1,5	3	1,5
A-Wert		9	3,8	9	3,8

Fehlende Teile		-		-	
B-Startwert			10,0		10,0

9.7.5 P9A - Reck

Geräthöhe: 260 cm

Ausschreibung	Teil	Wert	Abgang	Wert	E-gruppe	Wert
(1) Sprung in den Hang mit Ristgriff: Konterschwung, Felgabschwung (=Felgunterschwung) und Stemmaufschwung rückwärts in den freien Stütz	NE 6	0,3			I	0,5
(2) Felgumschwung (=freie Felge), (mindestens 45°)	A 2	0,5			III	0,5
(3) Abschwingen zum Riesen-Felgumschwung	A 3	0,5			I	- Wh.1
(4) Abschwingen, Riesen-Felgumschwung mit 1/2 Drehung in den Handstand mit Kammgriff, (=offene Drehung)	A 4	0,5			I	- Wh.1
(5) Riesen-Stemmumschwung	A 5	0,5			I	- Wh.1
(6) Abschwingen, Umspringen in den Ristgriff	NE 7	0,3			I	- Wh.1
(7) Riesen-Felgumschwung	A	- (Wh.3)				
(8) Riesen-Felgumschwung	A	- (Wh.3)				
(9) Abschwingen in den Hang, Salto rückwärts gestreckt in den Stand			NE 1	0,3	V	0,5

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	NE	1	0,3	1	0,3
A-Teile	6	4	2,0	4	2,0
NE	2	2	0,6	2	0,6
TE	-	-		-	
Elementgruppen	I, III, V	3	1,5	3	1,5
A-Wert		7	4,4	7	4,4

Fehlende Teile		-		1	
B-Startwert			10,0		9,0