Wertungsvorschrift

Kür männlich

für die Gaurundenwettkämpfe
M14-17 und M18+

Version 11
03.06.2025

Ersteller: Rupert Schmerbeck

1 Geltungsbereich

Um das Kürturnen bei den Altersklasse M 14-17 und M 18+ zu ermöglichen, ist es erforderlich, alle Übungen, also auch die P-Übungen Version A, als Kürübung zu bewerten.
Da sich im Breitensportbereich weder durch die Anwendung der Wertungsvorschriften des Code de Pointage noch durch die LK-Übungen eine zur erbrachten Leistung passende Wertung ergäbe, wurden die nachfolgenden Wertungsvorschriften in Anlehnung an die Kür modifiziert (Stand 2023) und den Code de Pointage (2025-2028) erstellt.
Als Hilfestellung für die Kampfrichter sind die D-Wertungen für die P5 bis P9 bereits ermittelt worden und hier beifügt.

2 Allgemeine Abzüge

Hier sind Abzüge aufgelistet, die für alle Geräte gelten. Sie beinhalten Abzüge für

- Verhaltensbezogene Verstöße
- Gerätebezogene Verstöße
- Mannschaftsbezogene Verstöße und
- Allgemeine Abzüge.

Verstoß	Abzug	Anmerkung
Verhaltensbezogene Verstöße		
Nicht erlaubte Wettkampfkleidung	0,3	Einmal je Wettkampf
Starten ohne Anmeldung	0,3	
Überschreiten von 30 s nach einem Sturz	0,3	Zeit nach Aufstehen
Überschreiten von 60 s nach einem Sturz	0,5 Übung beendet	Zeit nach Aufstehen
Gerätebezogene Verstöße		
Unerlaubte Anwesenheit eines Helfers	0,5	
Einsagen der Übung vom Trainer	0,3	
Mannschaftsbezogene Verstöße		
Nicht einheitliche Wettkampfkleidung	1,0	Vom Mannschafts-ergebnis je WK
Allgemeine Abzüge		
Hilfe durch den Trainer	1,0 + Nichtan-erkennung	Je Teil
Berührung durch den Trainer ohne Hilfeleistung	0,3	
Unsportliches Verhalten	0,5	
Unterbrechen einer Verbindung	0,5	

Die Abzüge werden von der Endnote abgezogen.

Die D-Note

Das D-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 D-Kampfgericht und zu Abzügen durch das E-Kampfgericht.

In diesen Wertungsvorschriften sind nur die Elemente der Elementgruppen TE, NE, A, B und C aufgeführt. Für die weiteren Elemente gilt der CdP 2025-2028.

2.1 Die Anerkennung von Elementen

Ein Element wird dann nicht vom D-Kampfgericht anerkannt, wenn seine Ausführung signifikant von der beschriebenen Ausführung abweicht oder als nicht erlaubt festgelegt wurde.
Elemente, die für Turner unter 18 nicht zugelassen sind (siehe CdP 2025-2028) werden bei diesen nicht gewertet. Sie sind in den Teilelisten der betroffenen Geräte (Boden, Ringe und Barren) in roter Schrift dargestellt. Im CdP sind sie durch einen roten Punkt gekennzeichnet.

Beispiele: (siehe auch bei den jeweiligen gerätespezifischen Ausführungen)

a) Wenn bei der Bodenübung ein Element außerhalb der Bodenfläche begonnen 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 Kraftelement 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;
   - ein Kraftelement, das üblicherweise mit geschlossenen Beinen ausgeführt wird, mit gegrätschten Beinen ausgeführt wird;
   - ein Element in oder zum Handstand an den Ringen mit den Füßen an den Seilen ausgeführt wird.
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 Krafthaltelement oder Halteelement nicht gehalten wird.
h) Wenn eine Drehung um >90° zu viel oder zu wenig gedreht ist.
i) Wenn ein Schwung- oder Kraftelement >45° von der Endposition abweicht.

2.2 Schwierigkeitwert (D-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	0,10 Punkte
Nationales Element	NE	0,30 Punkte
A-Teil	A	0,50 Punkte
B-Teil	B	0,70 Punkte
C-Teil	C	0,90 Punkte
D-Teil	D	1,10 Punkte
E-Teil	E	1,30 Punkte
F-Teil	F	1,50 Punkte
G-Teil	G	1,70 Punkte
H-Teil	H	1,90 Punkte
I-Teil	I	2,10 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 2.5). Sie gelten jedoch für die Anzahl der geforderten Teile.

Die Mindestanzahl der geforderten Teile einschließlich Abgang beträgt bei der 6 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 D-Note beitragen.

2.3 Verbindungsbonus

Es gibt keine Bonuspunkte für Verbindungen.

2.4 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 hat vier Elementgruppen, gekennzeichnet durch I, II, III und IV.
Mit Ausnahme von Boden und Sprung ist die Elementgruppe „Abgang“ mit IV gekennzeichnet. Für den Boden gilt als Abgang jedes Element der Gruppen II bis IV, bei dem die Endposition ein Stand auf beiden Beinen ist. Dieses Element kann dann aber nicht mehr zur Erfüllung der Elementgruppen II bis IV herangezogen werden.

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

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

Elemente deren Schwierigkeitsgrad nicht anerkannt wird, kann auch keine Elementgruppe erfüllen, außer es wird als anderes Element anerkannt, das eine Elementgruppe erfüllt.

2.5 Abgänge

Der Abgang ist immer das letzte Element der Übung.

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

Für Abgänge gibt es jeweils zusätzliche Punkte, die dem Wert des Elements entsprechen.

Wenn der Abgang ein Turnerisches Element ist, wird der Abgang vom D-Kampfgericht nicht anerkannt.

Unerlaubte Abgänge beinhalten:
- einen Abgang, der mit den Füßen abgedrückt wird (außer am Boden);
- eine Übung mit einem nur teilweise geturnten Abgang;
- ein Abgang, der nicht auf den Füßen landet, einschließlich Elemente zum Abrollen am Boden (außer es wird eine P-Übung als Kür geturnt);
- ein Abgang, der absichtlich seitlich landet.

Diese Elemente führen zur Nichtanerkennung des Elements und des Abgangs durch das D-Kampfgericht.

2.6 Berechnung der D-Wertung

Es werden beliebig viele Elemente aus jeder Elementgruppe anerkannt.

Es gibt keine Zeitvorgaben.

Vorgehensweise bei der Berechnung:

1) Der Abgang wird als erstes Element gezählt, ungeachtet seines Wertes, wenn er mindestens ein NE ist.
2) Anschließend werden alle Wiederholungen und nicht anerkannten Elemente gestrichen.
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 werden 0,5 Punkte, bzw. für den Abgang der Wert des Elements addiert.

2.7 Sonstiges

Für die Krafthandstände gilt folgende Regelung:

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

3 Die E-Note

Die E-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-E-Note abgezogen.

3.1 Ausgangs-E-Note

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

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

3.2 Ermittlung der Abzüge durch das E-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 E-Kampfgericht ist aufgefordert, konsequent alle Fehler in der Übungsästhetik, Ausführung, Komposition oder Technik abzuziehen.

d. Der Turner darf niemals versuchen, die Schwierigkeit oder die D-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 E-Kampfgericht hat nichts mit der Bewertung der Schwierigkeit der Übung zu tun. Der/die E-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 E-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.

k. Wenn zwei (oder mehr) Haltungsfehler vorliegen, wird der höchste der Abzüge angewendet, z. B. leicht gebeugter Körper (-0,1) und stark gebeugte Arme (-0,3) führen zu einem Abzug von -0,3 für die Haltung bei diesem Element.

3.3 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:

Fehler	Abzug
kleine Fehler	-0,10
mittlere Fehler	-0,30
große Fehler	-0,50
Sturz (und Hilfestellung)	-1,00

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 1,00 P.)
   - jeder Sturz auf das oder von dem Gerät während eines Elements, ohne eine Endposition erreicht zu haben, die das Fortsetzten 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 D-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. Bis 60 Sek. darf der Turner die Übung fortsetzen, erhält aber einen weiteren Abzug von 0,30 Punkten. Bei mehr als 60 Sek. gilt die Übung als beendet.

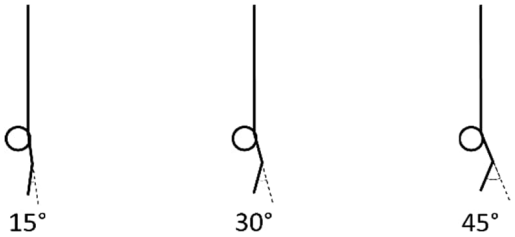
f. Ausführungsfehler wie gebeugte Arme (bei Schwungelementen), gebeugte Beine, Bein-Rumpfwinkel oder Arm-Rumpfwinkel werden wie folgt eingestuft:

Fehler	Winkelabweichung	
kleiner Fehler	leichte Beugung	>0° - 45°
mittlerer Fehler	deutliche Beugung	>45° - 90°
großer Fehler	große Beugung	>90° Keine Anerkennung

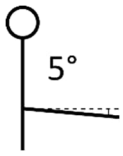
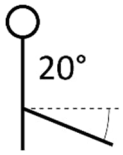
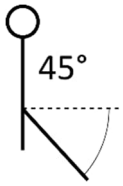
Ausnahmen:
Barren: gebeugte Beine bei Moy, Riesen und Bhavsar
Reck: gebeugte Beine beim Schwungholen, gebeugte Arme beim Wiederfassen nach Flugelementen.

g. Bei Haltepositionen und Krafthebungen müssen die Arme während der Ausführung gestreckt sein (soweit in der Übung nichts anderes angegeben ist). Falls sie gebeugt sind beträgt der Abzug:

Fehler	Winkelabweichung
kleiner Fehler	0° - 15°
mittlerer Fehler	>15° - 30°
großer Fehler	>30° - 45°
großer Fehler	>45° keine Anerkenndung



h. 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:

Fehler	Winkelabweichung	
kleiner Fehler	>5°-20°	
mittlerer Fehler	>20° - 45°	
großer Fehler	>45° keine Anerkennung	

i. Ein Heben aus einem statischen Element, das aus irgendeinem Grund nicht anerkannt wurde, wird auch nicht anerkannt.

j. Wenn das vorangegangene Kraftelement Abzüge für nicht korrekte Technik oder Position erhalten hat, dann werden dieselben Abzüge (maximal jedoch 0,30 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.

k. 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**, **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 E-Kampfgericht zieht jede verdrehte Flanke ab.

Bei Schwungelementen durch oder in den Handstand oder einer Kreisflanke werden bei Abweichungen folgende Abzüge vorgenommen:

Fehler	Winkel
kleiner Fehler	0° - 15°
mittlerer Fehler	>15° - 30°
großer Fehler	>30° - 45°
großer Fehler	>45° Keine Anerkennung

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

Fehler	Winkel
kleiner Fehler	>5°-20°
mittlerer Fehler	>20° - 45°
großer Fehler	>45° keine Anerkennung

m. Ein Halteelement muss für mindestens 2s gehalten werden, gemessen von dem Moment an, in dem die Bewegung endet und die Position erreicht ist. Elemente, die nicht gehalten werden, werden als großer Fehler gewertet und nicht vom D-Kampfgericht anerkannt.

Fehler	Dauer
mittlerer Fehler	< 2 Sek.
großer Fehler	kein Halt keine Anerkennung

n. 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.

o. Drehungen sollen die Endlage rechtzeitig vor der Endlage des Elements erreichen (z. B.Strecksprung ganze Drehung zum Stand).

Fehler	Winkelabweichung
kleiner Fehler	bis 30°
mittlerer Fehler	>30° - 60°
großer Fehler	>60° - 90°
großer Fehler	>90° keine Anerkennung

Die Tabellen für die Beurteilung der Fehler in den Abschnitten 3.4.1 und 3.4.2 entsprechen den Tabellen im Artikel 9.4 des Code de Pointage.

3.4 Tabelle für allgemeine Fehler und Abzüge

3.4.1 Abzüge für ästhetische und Ausführungsfehler

Fehler	leicht -0,10	mittel -0,30	schwer -0,50	schwer -0,50 + keine Anerkennung
Undeutliche Position (gehockt, gebückt, gestreckt)	X	X		
Griffkorrektur (jedesmal)	X			
Wandern oder Hopsen im Handstand (jeder Schritt oder Hopser)	X			
Berühren des Geräts oder des Bodens mit den Beinen oder den Füßen	X			
Anschlagen an das Gerät oder auf den Boden			X	
Berühren des Turners, aber keine Hilfestellung, durch den Trainer		X		
Übungsunterbrechung ohne Sturz			X	
Geöffnete Beine	X	X	X	
geöffnete Beine beim Salto	bis Schulter-breite	über Schulter-breite		
geöffnete Beine bei der Landung	bis Schulter-breite	über Schulter-breite		
Schlechte Haltung oder Körperposition oder Haltungskorrekturen bei der Landung	X	X		
Unsicherheit, kleiner Korrekturen der Füße oder übermäßige Armschwünge bei der Landung	X			
Gleichgewichtsverlust bei der Landung ohne Sturz oder Abstützen (maximal 1,0 Punkte für Schritte oder Hopser)	Leichtes Wackeln, kleiner Schritt oder Hopser, je Schritt	starkes Wackeln, großer Schritt oder Hopser, je Schritt		
Landung mit den Hüften unter den Knien			X	
Sturz oder Abstützen mit 1 o. 2 Händen bei der Landung			1,00	
Landen auf der Matte nicht mit den Beinen zuerst				1,00 und keine Anerkennung
Untypisches Grätschen		X		
Andere ästhetische Fehler	X	X	X	

3.4.2 Technische Fehler

Fehler	leicht -0,10	mittel -0,30	schwer -0,50	schwer -0,50 + keine Anerkennung
Fehlende Höhe oder Amplitude bei Salto- und bei Flugelementen	X	X	X	
Zusätzlicher Stütz oder Zwischenstütz mit der Hand	X			
Schwung mit Kraft oder umgekehrt	X	X	X	
Unterbrechung der Aufwärtsbewegung	X	X	X	
Senken der Beine bei Elementen zum Handstand (ab der Ausgangsposition)	0° - 15°	16° - 30°	31° - 45°	> 45°
Zwei oder mehr Versuche bei einem Halte- oder Kraftteil		X	X	
Unsicherheit im oder Überfallen aus dem Handstand	X	Schwingen oder große Unsicherheit	Überfallen	
Zwischenschwung oder Abschwingen		Halber Zwischenschwung	Ganzer Zwischenschwung	
gebeugte Arme (bei Schwungelementen), gebeugte Beine, Bein-Rumpfwinkel oder Arm-Rumpfwinkel	>0° - 45°	>45° - 90°		>90°
Gebeugte Arme bei Halte-positionen und Krafthebungen	0° - 15°	>15° - 30°	>30° - 45°	>45°
Winkelabweichungen von der perfekten Halteposition	>5°-20°	>20° - 45°		>45°
Winkelabweichungen von der perfekten Position bei Schwungelementen	0° - 15°	>15° - 30°	>30° - 45°	>45°
Drehung nicht beendet oder überdreht	bis 30°	>30° - 60°	>60° - 90°	>90°
Dauer von Halteelementen		< 2 Sek.		kein Halt
Fehlende Streckung während der Vorbereitung auf die Landung	X	X		
Hilfestellung durch den Trainer				-1,0
Andere technische Fehler	X	X	X	

4 Symbolschrift

5 Boden

5.1 Beschreibung der Bodenübung

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

5.2 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 Fußbewegung 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 E-Kampfgericht normal bewertet, aber vom D-Kampfgericht nicht anerkannt. (Achtung: Anlauf darf außerhalb beginnen!)
   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 0,30 Punkte,
   - Element außerhalb begonnen: keine Anerkennung durch das D-Kampfgericht.

   Der Abzug wird vom Oberkampfrichter bzw. vom D-Kampfgericht vorgenommen. Bei Turnen auf Bahnen gilt diese Regelung nicht.
   c) Eine Pause vor einer akrobatischen Bahn darf 2s 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) Die Übung muss mit einem akrobatischem Element (EG II – IV) enden, das mit geschlossenen Füßen gelandet wird (Ausnahme P-Übungen).
   g) Der Turner darf keine einfachen Schritte machen, um das Mattenende / die Mattenecke zu erreichen. Zulässig sind 180° Drehungen, Sprünge, Heben des Beines über waagrecht etc.

5.3 Informationen zur D-Wertung

<u>Elementgruppen</u>

I nicht akrobatische Elemente
II akrobatische Elemente vorwärts
III akrobatische Elemente rückwärts
IV Einfacher Salto vw. oder rw. mit 1 oder mehr Schrauben

<u>Abgang</u>

- 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.

5.4 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. Wendeschwünge mit gegrätschten Beinen sind nicht gestattet.
d) Nicht aufgeführte Kraftelement mit gegrätschten Beinen sind nicht gestatten.
e) Kreis- und Thomasflankenelemente beginnen im Stütz vorlings.
f) Der Turner muss ein Gleichgewichtselement auf einem Bein zeigen (Elemente I-061 oder I-062).

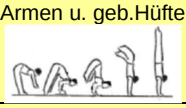
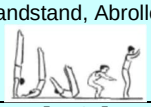
5.5 D-Abzugstabelle

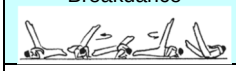
Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P
nichtakrobatische Abgänge und nicht erlaubte Abgänge (Rolle)	keine Anerkennung durch das D-Kampfgericht		
Landung oder Berühren des Bodens mit einem Fuß oder einer Hand außerhalb der Bodenfläche	X		
Berühren des Bodens mit beiden Füßen, beiden Händen, einer Hand oder einem Fuß und einem anderen Körperteil außerhalb der Bodenfläche		X	
Landung außerhalb der Bodenfläche		X	
kein Gleichgewichtselement in der Übung		X	
außerhalb der Bodenfläche begonnene Elemente	keine Anerkennung durch das D-Kampfgericht		

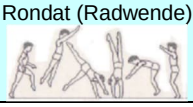
5.6 E-Abzugstabelle

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 (>2s)	X		
unkontrollierte Landung (auch bei Verbindungen)	X	X	X Sturz = 1,0 P.
einfache Schritte zum Erreichen der Ecke	X jedes Mal		
Sprung oder Fallen zu Bauchlage nach einem Salto			X
Abweichung von der Bewegungsebene	X	X	

5.7 Elementetabelle

Boden	**Übersicht der A-, B- und C-Teile des CdP 2022, 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; geh. = gehockt; geb. = gebückt; gestr. = gestreckt				
TE = 0,1	**EG**	**NE = 0,3**	**A-Teile = 0,5**	**B-Teile= 0,7**	**C-Teile= 0,9**
[I-T01] Grätschwinkelstand (2s)	**EG I: Keine akrobatischen Elemente**		**[I-001]** a.d.Handst. Senken i.d. Winkel-/Grätsch-winkelstütz (2s)	**[I-002]** Spitzwinkelstütz (2s)	**[I-003]** Spitzwinkelstütz Beine waagrecht **(Manna)** (2s)
		[I-N02] Kopfstand (2s)	**[I-007]** a.d. Grätschstand, Schweizer Handstand (2s)	**[I-008]** Heben m. geb. Hüfte u. gestr. Armen o. m. gestr. Hüfte u. geb. Armen i. d. Handstand (2 Sek)	**[I-009]** Spitzwinkelstütz (2s) u. Heben i.d. Handstand (2s), auch mit gegr. Beinen
[I-T03] Heben i. d. Handstand, mit geb. Armen u. geb.Hüfte 			**[I-013]** a.d. Bauchlage Schwingen i.d. Handst. (2s)	**[I-014]** Schweizer (2s) a.d. Spagat/ Liegest./ Grätschwinkelstütz	
[I-T04] Abspringen / Aufschw. zum Handstand		**[I-N04]** Handstand, Abrollen 	**[I-019]** Handstand (2s)	**[I-020]** Heben, Senken o. Schwung i. d. Kreuzhandstand (2s)	**[I-021]** Aus dem Spagat, Heben i.d. Kreuz-handstand (2s)
[I-T05] Spagat		**[I-N05]** Ellenbogen-stützwaage (2 Sek)	**[I-025]** Stützwaage m. gegr. Beinen (2s)		**[I-027]** Stützwaage o. Schwalbe (2s)
			[I-031] 1/2 o. 1/1 Drehung im oder zum Handstand	**[I-032]** Aus d. Stützwaage gegr. (2s) Heben i. d. Handst. (2s)	
		[I-N07] Winkel- oder Grätsch-winkelstütz (2s)	**[I-037]** Aus. d. Winkelstütz, Drehung rw. i.d. Stand o. Grätschst.		
				[I-044] Endorolle gegr. i. d. Handst. (2s)	**[I-045]** Endorolle geb. i. d. Handstand (2s)

TE = 0,1	EG	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile= 0,7	C-Teile= 0,9
	EG I: Keine akrobatischen Elemente		**[I-049]** Bogengang vw.		
			[I-055] Spagat oder Querspagat (Halt erforderlich)		
[I-T10] Vorhochspreizen m 1/2 Dreh. i.d. Stand			**[I-061]** Alle Standwaagen (2s)	**[I-062]** alle Standwaagen 180° gegr. ohne Handhalte (2s)	
[I-T11] Sprung oder Dreh. auf 1 Bein (mind. ½ Dreh.)		**[I-N11]** Sprung oder Drehung auf einem Bein (min. 1/1 Dreh.	**[I-067]** Sprung rw. i. d. Liegestütz vl.	**[I-068]** Sprung rw. m. Bücken-Strecken oder m. 1/1 Dreh. i.d. Liegestütz vl. **(Endo)**	
[I-T12] Liegstütz vorlings (2s)		**[I-N12]** Handstütz-Überschlag Seitwärts (Rad)	**[I-073]** Schmetterling	**[I-074]** Schmetterling m. 1/1 Dreh. **(Tong Fei)**	**[I-075]** Schmetterling m. 2/1 Dreh.
[I-T13] Liegestütz rücklings (2s)		**[I-N13]** Healy			
		[I-N14] Varianten des Breakdance 	**[I-079]** Eine Kreisfl. o. gespr. Kreisfl.	**[I-080]** Kreisfl. o. gespr. Kreisfl. i. d. Hdst.	**[I-081]** Kreisfl. o. gespr. Kreisfl. i. d. Hdst., Senken i. d. Kreisfl. o. gespr. Kreisfl. **(Gogoladze)**
				[I-086] Senken a. d. Hdst. i. d. Kreisfl. o. gegr Kreisfl.	
			[I-091 Gespr. Kreisfl. m. 1/2 Spindel	**[I-092]** Gespr. Kreisfl. m. 1/1 Spindel (in 2 Flanken)	**[I-093]** Gespr. Kreisfl. m. > 270° Spindel direkt i. d. Hdst.
				[I-098] Gespr. Kreisfl. m. 1/2 Spindel i. d. Hdst.	
			[I-103] Russenwendeschw. m. 360° o. 540	**[I-104]** Russenwendeschw. m. 720° o. 900°	**[I-105]** Russenwendeschw. m. 1080° o. mehr **(Fedorchenko)**
[I-T19] Rolle rw.		**[I-N19]** Rolle rw. durch d. Handstand	**[I-109]** Rolle rw. durch d. Handstand m. 1/2 Dreh.	**[I-110]** Rolle rw. m. 1/1 Dreh. gesprung. d. d. Handst.	
		[I-N020] Bogengang rw. (Menechelli)			
		[I-N21] Sprung i.d. Liegestütz auch mit 1/2 Drhg.			

TE = 0,1	EGA	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile= 0,7	C-Teile= 0,9
	EG II: Akrobatische Element vw	**[II-N01]** Kopfkippe / Nackenkippe	**[II-001]** Überschlag vw. o. Hechtüberschlag		
[II-T02] Rolle vw		**[II-N02]** Sprung-/Flugrolle	**[II-007]** Sprungrolle gehechtet		
[II-T03] Freier Schrittüberschlag vw. (Spreizsalto)			**[II-013]** Salto vw. geh. o. geb. auch mit ½ Drhg	**[II-014]** Salto vw. gestr. auch m. 1/2 Drhg	
				[II-038] Salto vw. geh. o. geb. i. d. Liegstütz vl.	
	EG III: Akrobatische Elemente rw. Und Twist	**[III-N01]** Rondat (Radwende) 	**[III-001]** Salto rw. geh. o. geb.	**[III-002]** Salto rw. gestr o. Temposalto rw.	**[III-003]** Doppelsalto rw. geh.
			[III-007] Salto rw. geh. o. geb. o. Twist m. 1/2 Dreh.	**[III-008]** Salto rw. gestr. m. 1/2 o. 1/1 Dreh.	
[III-T03] Einbeiniger Flick-Flack			**[III-013]** Flick-Flack		
			[III-031] Sprung rw. m. 1/2 Dreh. gehechtet z. Abrollen vw.		
	EG IV: Salti mit 1 Drh. u. mehr			**[IV-002]** Salto vw. geh. mit 1/1 o. 3/2 Dreh.	**[IV-003]** Salto vw. gestr.. mit 1/1 o. 3/2 Dreh.
				[IV-008] Salto rw. gestr. mit 1/1 Dreh.	**[IV-009]** Salto rw. gestr.. mit 3/2 o. 2/1 Dreh.
				[IV-014] Salto rw. geh. mit 3/2 Dreh.	

5.8 Bewertung der P-Übungen Boden nach Kürwertung

5.8.1 P5 - Boden

Ausschreibung	Teil-Nr.	Teil Wertungs-reihen-folge	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Anlauf mit zwei bis drei Schritten: **Rondat** Strecksprung in den Stand	III-N01	**NE** 2	0,3			III	0,5
(2) Rolle rückwärts in den Stand (Felgrolle erlaubt)	I-T19	**TE** 5	0,1				
(3) Schwingen in den **Handstand** Abrollen in den Strecksitz	I-T04 VE-06	**TE** 6	0,1				
Heben in den **Liegestütz rücklings –** 2 Sek	I-T13	**TE** 7	0,1				
1/2 Drehung in den Liegestütz vorlings – 2 Sek Abspringen in den Grätschwinkelstand	I-T12 VE-11	**TE** 8	0,1				
(4) Heben in den **Kopfstand** - 2s -, Abrollen zum Stand	I-N02	**NE** 3	0,1			I	Wh
Strecksprung 1/2 LAD	I-T11	**TE** 9	0,1				
(5) Schritt vorwärts zur **Standwaage vorlings** - 2s -, Aufrichten in den Stand	I-061	**A** 1	0,5			I	0,5
(6) Anlauf, **Sprungrolle vorwärts** mit sofortigem **Strecksprung** in den Stand	II-N02 VE-02	**NE** 4	0,3			II	0,5

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	3	3	0,9	2	0,9
TE	5	5	0,5	5	0,5
Elementgruppen	3 (I, II, III)	3	1,5	2	1,5
Standwaage	1	1	0,0	1	0,0
D-Wert		9	**3,4**	9	**3,4**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

5.8.2 P6 - Boden

Ausschreibung	Teil-Nr.	Teil Wertungs-reihen-folge	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Anlauf **Rondat** Strecksprung in den Stand,	III-N01 VE-02	**NE** 3	0,3			III	0,5
(2) Felgrolle rückwärts, Abbücken in den Stand	I-T19	**TE** 6	0,1				
(3) Anlauf mit zwei bis drei Schritten, **Handstütz-Überschlag vorwärts** in den Stand	II-001	**A** 1	0,5			II	0,5
(4) Fallen in den Liegestütz vorlings, Abspringen in den **Grätschwinkelstand (2 Sek.)**	VE-09 I-T01	**TE** 7	0,1				
(5) Abspringen in den Handstand (auch Heben erlaubt),	I-T04	**TE** 8	0,1				
Abrollen mit sofortigem **Strecksprung mit 1/2 Drehung**	VE-08 I-T11	**TE** 9	0,1				
(6) Senken in die **Standwaage vorlings – 2 s –** Aufrichten in den Stand	I-061	**A** 2	0,5			I	0,5
(7) Anlauf **Sprungrolle vorwärts**	II-N02	**NE** 4	0,3			II	Wh
sofortiger **Strecksprung mit 1/1 LAD** in den Stand	I-N11	**NE** 5	0,3			I	Wh

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	3	3	0,9	3	0,9
TE	4	4	0,4	4	0,4
Elementgruppen	3 (I, II, III)	3	1,5	3	1,5
Standwaage	1	1	0,0	1	0,0
D-Wert		9	**3,8**	9	**3,8**

Fehlende Teile		-	1	-	1
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

5.8.3 P7 - Boden

Ausschreibung	Teil-Nr.	Teil Wertungs-reihen-folge	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Anlauf **Rondat**,	III-N01	**NE** 5	0,3			III	0,5
Flick-Flack, Strecksprung in den Stand	III-013 VE-02	**A** 2	0,5			III	0,5
(2) 1/2 Drehung, Fallen in den flüchtigen Liegestütz vorlings	VE-10						
(3) Sofortiges Aufgrätschen in den **Grätschwinkelstand**, (2 Sek.) –	I-T01	**TE** 9	0,1				
Abspringen in den Handstand (auch heben erlaubt),	I-T04	**TE** 10	0,1				
1/2 Drehung im Handstand, Abbücken in den Stand	I-031 VE-04	**A** 3	0,5			I	0,5
(4) Anlauf, **Sprungrolle gestreckt**	II-N02	**NE** 6	0,3			II	0,5
sofortiger **Strecksprung mit 1/1 LAD** in den Stand	I-N11	**NE** 7	0,3			I	Wh
(5) Felgrolle rückwärts in den Handstand, Abbücken in den Stand	I-N19	**NE** 8	0,3			I	Wh
(6) Standwaage vorlings – 2s -, Aufrichten in den Stand, Arme in der Tiefhalte	I-061	**A** 4	0,5			I	Wh
Schritt mit 1/2 LAD	I-T10	**TE**	- >10				
(7) Anlauf, **Handstütz-Überschlag vorwärts** in den Stand	II-001			**A** 1	0,5	II	Wh

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	A	1	0,5	1	0,5
A-Teile	3	3	1,5	3	1,5
NE	4	4	1,2	4	1,2
TE	3	2	0,2	2	0,2
Elementgruppen	3	3	1,5	3	1,5
Standwaage	1	1	0,0	1	0,0
D-Wert		10	**4,9**	10	**4,9**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

5.8.4 P8 - Boden

Ausschreibung	Teil-Nr.	Teil Wertungs-reihen-folge	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Anlauf **Rondat**	III-N01	**NE** 5	0,3			III	0,5
Flick-Flack	III-013	**A** 2	0,5			III	Wh
Flick-Flack Strecksprung in den Stand	III-013	**A**	Wh			III	Wh
(2) Fallen in den **Liegestütz vorlings (2 Sek)**	VE-09 I-T12	**TE** 8	0,1				
Heben in den Handstand mit gestreckten Armen und gegrätschten oder geschlossenen Beinen, **(2Sek)** Abrollen vorwärts in den Stand	I-014 VE-08	**B** 2	0,7			I	0,5
(3) Anlauf, **Sprungrolle gestreckt**,	II-N02	**NE** 6	0,3			II	0,5
(4) Absprung in die Schrittstellung **Handstütz-Überschlag vorwärts** in den Stand	II-001	**A 3**	0,5			II	Wh
(5) Felgrolle rückwärts in den Handstand Abbücken in den Stand	I-N19	**NE** 7	0,3			I	Wh
(6) Standwaage vorlings (2 Sek.), Aufrichten mit beliebiger Drehung in den Stand	I-061	**A** 4	0,5			I	Wh
(7) Anlauf, Salto vorwärts in den Stand	II-013			**A** 1	0,3	II	Wh

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

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

5.8.5 P9 - Boden

Ausschreibung	Teil-Nr.	Teil Wertungs-reihen-folge	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Zwei bis drei Schritte Anlauf, **Rondat**	III-N01	**NE** 9	0,3			III	0,5
Flick-Flack	II-013	**A** 3	0,5			III	Wh
(2) Sprung rw. mit 1/2 Drehung zum **Abrollen** in den Stand (Twistrolle) Fallen in den **Liegestütz** vorlings	III-031 VE-09	**A** 4	0,5			IV	Wh
(3) Heben in den Handstand mit gestreckten Armen und gegrätschten oder geschlossenen Beinen (2 s)	I-008	**B** 2	0,7			I	0,5
1/2 Drehung im Handstand, Abbücken in den Stand	I-031 VE-04	**A** 5	0,5			I	Wh
(4) Anlauf, **Salto vorwärts** in den Stand	II-013	**A** 6	0,5			II	0,5
(5) Felgrolle rückwärts in den Handstand, Abbücken in den Stand	I-019 VE-04	**NE** 10	0,3			I	Wh
(6) Anlauf, **Handstütz-Überschlag vorwärts**	II-001	**A** 7	0,5			II	Wh
(7) Sprungrolle gestreckt	II-N02	**NE**	- (> 10)			II	- (> 10)
(8) Schritt zur **Standwaage vorlings** (2 s) Aufrichten i.d. Stand und 1/2 Drehung	I-061	**A** 8	0,5			I	Wh
(9) Anlauf **Rondat**	III-N01	**NE**	Wh			III	Wh
Flick-Flack	III-013	**A**	Wh			III	Wh
Salto rückwärts geh.	III-001			**A** 1	0,5	III	Wh

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	A	1	0,5	1	0,5
B-Teile	1	1	0,7	1	0,7
A-Teile	8	6	3,0	6	3,0
NE	3	2	0,6	2	0,6
TE	2	0	0,0	0	0,0
Elementgruppen	4	4	2,0	4	2,0
Standwaage	1	1	0,0	1	0,0
D-Wert		10	**6,8**	10	**6,8**
Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

6 Pauschenpferd

6.1 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 und Halteelemente sind nicht zulässig.

6.2 Übungsausführung:

1. Die Pauschenpferdübung beginnt im Stand vor dem Gerät. Die Bewertung beginnt wenn die Füße den Boden verlassen.
2. 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 für jede angefangene Drehung.
   e) Bei Beinschwüngen und Scheren muss die Hüfte mit hochschwingen und die Beine müssen genügend weit gespreizt sein.

Schwunghöhe	Abzug	
über Schulterhöhe		
zw. Schulterhöhe und waagrecht	0,10	
unter waagrecht	0,30	

   f) Handstandelemente müssen mit gestreckten Armen, ohne sichtbare Pause oder Krafteinsatz ausgeführt werden.
   g) Ein Handstandabgang muss über den Pferdkörper geturnt werden oder aus dem Seitstütz eine 270° Drehung oder aus dem Querstütz eine 360° Drehung enthalten.
   h) Alle anderen Abgänge müssen 30° über der Schulterlinie geturnt werden.

6.3 Informationen zur D-Wertung:

1. Elementgruppen:
   - I Einbeinschwünge und Scheren
   - II Kreis- oder Thomasflanken mit oder ohne Spindel und/oder durch den Handstand, Kehrschwünge, Russenwendschwünge
   - III Wanderelemente
   - IV 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 Pferdrücken 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 II:
      - 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.

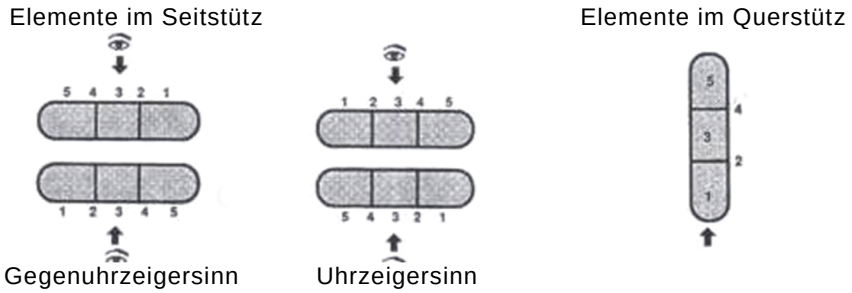
R (Russenwendeschwung)		**1 flop**	**2 flops**
R 180° oder R 270° (B)	+		D
R 360° oder R 540° (C)	+	D	E
R 720° oder R 900° (D)	+	E	F
R 1080° (E)	+	F	G

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:
   - ein gesprungenes Element endet mit der Beendigung des Sprunges;
   - ein Kreis- oder Thomasflanken-Element endet mit dem Beginn eines anderen Elements;
   - eine Spindel endet, wenn die Spindelbewegung unterbrochen wird;
   - ein Wendeschwung-Element endet, wenn der Wendeschwung beendet ist;
   - Wandern im Querstütz ist beendet, wenn das Wandern beendet ist oder durch eine Kreis-Flanke oder ein anderes Element unterbrochen wird;
   - 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 30° über der Schulterwaagerechten ausgeführt werden. Für eine geringe Höhe sind die normalen Abzüge entsprechend den spezifischen Fehlern aus der Abzugstabelle für Pauschenpferd (Abschnitt 6.4) 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.

6.4 E-Abzugstabelle

Fehler	leicht -0,10	mittel -0,30	schwer -0,50	schwer -0,50 + keine Anerkennung
mangelnde Amplitude bei Scheren und Einbeinschwüngen	X	X		
Handstand mit sichtbarer Kraftanstrengung oder mit gebeugten Armen	X	X		X
Pause oder Halt im Handstand	X	X		X
Veränderung des Hüftwinkels bei Kreisflanken	X	X		
mangelnde Amplitude bei geschlossenen und gespreizten Kreis-Flanken je Element	X			
gebeugte oder geöffnete Beine bei Elementen	>0° – 30°	>30° - 60°	>60° - 90°	
Abweichung von der Längsachse des Pferdes im Querstütz bei Kreisschwüngen und Wandern	>15° - 30°	>30° -45°		> 45°
schräge Landung, fehlende Übereinstimmung mit der Längsachse des Pferdes	Abweichung > 45°	Abweichung 90°		
bei allen Abgängen (außer Handstandabgänge) Körperposition unterhalb 30° der Schulterwaagerechten		X		
Schere zum Handstand mit gebeugten Hüften	X	X		X
Schere zum Handstand ohne Schließen der Beine	bis Schulterbreite	über Schulterbreite		
Extra 1/2 Schwung zum Anschwingen, ohne dass ein Bein die Seite wechselt		X		
Unsicherheit im Handstand zum Abgang, Probleme bei der Drehung	X	X		
Senken der Beine bei Elementen zum Handstand (von der ursprünglichen Position aus)	0° - 15°	16° - 30°	31° - 45°	>45°

6.5 Elementtabelle

Pauschen-pferd	Übersicht der A-, B- und C-Teile des CdP 2022, der Nationalen und der Turnerischen Elemente				
TE = 0,1	**EG A**	**NE = 0,3**	**A-Teile = 0,5**	**B-Teile = 0,7**	**C-Teile = 0,9**
[I-T01] Seitschwingen mit Lösen der Hand	**Elementgruppe I: Einbeinschwünge und Scheren**	**[I-N01]** Unterspreizen o. -kreisen vw. (360°) (auch als Angang)	**[I-001]** Schere vw.	**[I-002]** Schere vw. mit Wandern. sw. (auch mit 1/2 Dreh.)	**[I-003]** Schere vw. gespr. von einem Ende zum anderen (3/3)
[I-T02] gespreizt. Seit-schwingen mit Lösen der Hand		**[I-N02]** Wanderhüpfen ohne Schere	**[I-007]** Schere vw. mit 1/2 Dreh.	**[I-008]** Doppelschere vw. (1/4 Dr. vw. u. 1/4 Dr. rw.)	**[I-015]** Doppelschere vw. m. Wandern sw.
[I-T03] Seitspreizen		**[I-N03]** Unterspreizen o. -kreisen rw. (360°)			**[I-015]** Doppelsch. vw. d.d. Handstand m. Wandern sw. **(Stepanyan)**
[I-T04] Vorspreizen		**[I-N04]** Zweite Schere vw. in direkter Folge		**[I-020]** Rückspr. o. Unterkr. rw. d. d. Hdst., Abschwingen i. d. Stütz gegr.	
[I-T05] Rückspreizen		**[I-N05]** Zweite Schere rw. in direkter Folge	**[I-025]** Schere rw.	**[I-026]** Schere rw. mit Wandern. sw. (auch mit 1/2 Dreh.)	**[I-027]** Schere rw. gespr. von einem Ende zum anderen (3/3)
[I-T06] 1/2 Unterkreisen		**[I-N06]** Schweiz einfach (Suisse simple)	**[I-031]** Schere rw. mit 1/2 Dreh.	**[I-032]** Doppelschere rw. (1/4 Dr. vw. u. 1/4 Dr. rw.)	
					[I-039] Rückschw. m.1/4 Dreh. d. d. Hdst., Abschwingen i. d. Stütz gegr. m. Beinw.
	EG II: Kreisfl., Kehren u. Wenden	**[II-N01]** Zweite Kreisflanke in direkter Folge	**[II-001]** Alle Kreisfl. o. Kreisfl. gegr. **(Thomas)** i. Seitst.	**[II-002]** Kreisfl. i. Seitst., außerh. o. zw. d. Pauschen.	
		[II-N02] Kreisfl. (auch gegr.) im Wechselstütz	**[II-007]** Kreisflanke im Querst. vl. a. d. Pferdende	**[II-008]** Kreisfl. i. Seitst. a. einer Pausche	
			[II-013] Kreisflanke im Querst. rl. am Pferdende	**[II-014]** Kreisflanke im Querstütz zw. d. Pauschen	

TE = 0,1	EGA	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9
[II-T05] Vorflanken mit 1/4 Dr. z. Wechselstütz rl	EG II: Kreisfl., Kehren u. Wenden		**[II-025]** Jede 1/4 Spindel	**[II-026]** Alle 1/2 Spindeln (mit b. P. zw. d. Händen = **Keikha 2)**	
[II-T08] Vor- oder Rückflanken		**[II-N08]** Vor- oder Rückflanken (nur bei LK4)		**[II-038]** Direktes Stöckli A (DSA)	
		[II-N09] Tschechenkehre als Angang		**[II-044]** Direktes Stöckli B (DSB)	
		[II-N10] Tschechenkehre in den Stütz rücklings			**[II-051]** Kreisfl. o. Kreisfl. gegr. d.d. Hdst. (auch m. 1/2 Dr.) und Abschw. z. Kreisfl. o. Kreisfl. gegr. **(Tippelt)**
		[II-N11] Kehre in den Stütz rücklings	**[II-055]** Kreiskehre	**[II-056]** Kehre m. 270° (Sohn Technik) a. 1 P. v. Querst. i.d. Seitst.	**[II-057]** Kehre m. 270° (Sohn Technik) a. 1 P. v. Seitst. i.d. Querst. **(Bertoncelj)**
				[II-062] Tramlot direkt	
				[II-068] Stöckli umgekehrt (rw.) 180° o. 270°, Dreh. i. einer Flanke	**[II-069]** Stöckli umgekehrt (rw.) m. 270°, Dreh. a. einer Pausche **(Davtyan)**
			[II-073] Schwabenflanke	**[II-074]** Tschechenkehre a. d. Pauschen. o. d. Pferdkörper o. mit einer Pausche zw. d. Hdn.	
			[II-079] Wendeschwung vw. m. 1/2, Dreh. z. Wechselstütz auf Pf.-Ende (1 o. 2 P.)		
			[II-085] Russenwendeschw. 180°/270		
			[II-091] Russenwendeschw. 360°/540°	**[II-092]** Russenwendeschw. 720°/900	**[II-092]** Russenwendeschw. 1080° o. mehr
			[II-097] a. d. Pferdende, Russenwendeschw. 180°/270° (a. m. Wandern)		

TE = 0,1	EGA	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9
	EG II		**[II-103]** a. d. Pferdende, Russenwendeschw. 360°/540°	**[II-104]** a. d. Pferdende, Russenwendeschw. 720°/900°	**[II-104]** a. d. Pferdende, Russenwendeschw. 1080° o. mehr
				[II-110] Russenwendeschw. 180°/270° a. einer. Pausche / zw. d. Pauschen	**[II-111]** Russenwendeschw. 360° o. 540° a. einer Pausche /. zw. d. Pauschen
	Elementgruppe III: Wanderelemente und Spindeln mit Wandern	**[III-N01]** Wanderspreizen	**[III-001]** Wanderfl. vw. i. Seitst. (1/3) (auch m. 1/4 Dr.)	**[III-002]** Wanderfl. vw i. Seitst. (3/3)	**[III-003]** Wanderfl. vw. i. Seitst. (3/3), Hände zw. d. Pauschen
				[III-008] Wanderfl. vw. gespr. i. Seitst. (1/3)	**[III-009]** Wanderfl. vw. gespr. 2x im Seitst. (3/3)
		[III-N03] Wandern seitw. 1/3 in den Stütz rücklings		**[III-014]** Wandern i. Qst. vw. o.. rw. m. 1/4 Spindel z. Seitstütz a. 2 P.	**[III-015]** Jedes Wandern m. 1/2 Spindel i. Querst.
				[III-032] Wanderfl. vw. i. Querst. (1/2 o. 2/3)	**[III-033]** Wanderfl. vw. i. Querst. (3/3) (1-2-4-5)
			[III-037] Wanderfl. rw. i. Querst. (1/3)	**[III-038]** Wanderflanken rw. i. Querst. 1/2 o. 2/3	**[III-039]** Wanderfl. rw. i. Querst. (3/3) (5-4-2-1)
					[III-057] A.d.Stütz an 1 P., Russenwendeschw. vw. a. d. andere Pf.-Ende o. Stütz a. o. zw. d. P.
					[III-075] Stöckli umgekehrt v. Pferdende zur entf. Pausche **(Romero)**
[IV-T01] Vorspreizen des r. Beines m. 1/4 Dreh. links zum Niederspr.	EG IV: Abgänge	**[IV-N01]** Kehre aus Kreisflanke	**[IV-001]** Wende aus Kreisflanke (auch aus Russenwendschw. 180° o. 270°)	**[IV-002]** Chaguinian z. Wende	
[IV-T02] Russenwendeschw. 180° z. Wende		**[IV-N02]** Rückflanken mit 1/4 Drhg. i. d. Querstand	**[IV-007]** A. Pf.-Ende, Russenwendeschw. 360°/540°	**[IV-008]** A. Pf.-Ende, Russenwendeschw. 720°/900°	**[IV-009]** A. Pf.-Ende, Russenwendeschw. 1080° o. mehr
[IV-T03] Rückflanken m. 1/4 Dreh. in den Querstand		**[IV-N03]** 90°-Wende a. d. Flanke o. einem anderen Element	**[IV-013]** A. d. Seitst. vl., Wendeschw. m. 1/2 Dr. z. Seitst. vl. u. Wende		**[IV-015]** Stöckli umgekehrt (rw.) o. DSA oder Kreisfl. auf 1 Pausche d.d. Hdst**.**
				[IV-020] Kreisfl. o. Kreisfl. gegr. d.d. Hdst. (auch m. 3/4 Dr. mit o. ohne Wandern)	**[IV-021]** Kreisfl. o. Kreisfl. gegr. m. gespr. Wandern d. d. Hdst.

6.6 Bewertung der P-Übungen Seitpferd nach Kürwertung

6.6.1 P5 - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teil-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Stand vorlings: **Sprung in den Stütz** vorlings mit geschlossenen Beinen		-	-				
(2) Seitschwingen nach links **Seitspreizen** links	I-T03	**TE** 1	0,1				
(3) Seitschwingen nach rechts **Seitspreizen** rechts	I-T03	**TE**	Wh				
(4) Seitschwingen nach links, **Vorspreizen** des linken Beines,	I-T04	**TE** 2	0,1				
gespreiztes Schwingen nach rechts **mit Lösen der** rechten **Hand**;	I-T02	**TE** 3	0,1				
Rückschwingen, **Rückspreizen** des linken Beines in den Stütz vorlings;	I-T05	**TE** 4	0,1				
(5) Seitschwingen nach rechts. **Vorspreizen** des rechten Beines,	I-T04	**TE**	Wh				
gespreiztes Schwingen nach links **mit Lösen der** linken **Hand**;	I-T02	**TE**	Wh				
Rückschwingen, **Rückspreizen** des rechten Beines in den Stütz vorlings,	IT05	**TE**	Wh				
(6) Seitschwingen nach links, **Vorspreizen** des linken Beines,	I-T04	**TE**	Wh				
gespreiztes Schwingen nach rechts, **Vorspreizen** des rechten Beines **mit 1/4 LAD** links, **Niedersprung** in den Querstand seitlings.	IV-T01	**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	-				
D-Wert		5	**0,5**	5	**0,5**

Fehlende Teile		2		3	
E-Startwert			**7,0**		**7,0**

6.6.2 P6 - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teile-Nr	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Stand vorlings Sprung in den Stütz vorlings mit leichtem Anschwingen nach rechts mit geschlossenen Beinen Seitschwingen nach links, **Vorspreizen** des linken Beines,	I-T04	**TE** 1	0,1				
Seitschwingen der gespreizten Beine nach rechts **mit Lösen der** rechten **Hand**,	I-T02	**TE** 2	0,1				
Rückschwingen, **Rückspreizen** des linken Beines in den Stülz vorlings	I-T05	**TE** 3	0,1				
(2) Seitschwingen nach rechts, **Vorspreizen** des rechten Beines,	I-T04	**TE**	Wh				
Seitschwingen der gespreizten Beine nach links **mit Lösen der** linken **Hand**,	I-T02	**TE**	Wh				
Rückschwingen, **Rückspreizen** des rechten Beines in den Stütz vorlings	I-T05	**TE**	Wh				
(3) Seitschwingen nach links, **Vorspreizen** des linken Beines,	I-T04	**TE**	Wh				
Seitschwingen gespreizt nach rechts, Rückspreizen des linken Beines unter der rechten Hand in den Stütz vorlings (**Unterkreisen**)	I-T06	**TE** 4	0,1				
(4) Seilschwingen und **Seitspreizen** nach links,	I-T03	**TE** 5	0,1				
Seitschwingen und **Seitspreizen** nach rechts,	I-T03	**TE**	Wh				
(5) Seitschwingen nach **Vorspreizen** des linken Beines,	I-T04	**TE**	Wh				
gespreiztes Schwingen nach rechts, **Vorspreizen** des rechten Beines in den Stütz rücklings	I-T04	**TE**	Wh				
(6) Rückflanken mit 1/4 Drehung rechts zum **Niedersprung** in den Querstand seitlings	IV-N02			NE 1	0,3	IV	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	1				
TE	12	5	0,5	5	0,5
Elementgruppen	1	1	0,5	1	0,5
D-Wert		6	**1,3**	6	**1,3**

Fehlende Teile		1		2	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

6.6.3 P7 - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Vorflanken rechts in den Stütz rücklings auf beiden Pauschen,	II-T01	**TE** 3	0,1				
Rückspreizen links,	I-T05	**TE** 4	0,1				
Seitschwingen gespreizt nach rechts, **Rückspreizen rechts**	I-T05	**TE**	Wh				
(2) Seitschwingen nach links, **Vorspreizen des linken Beines**,	I-T04	**TE** 5	0,1				
Seitschwingen gespreizt nach rechts **mit Lösen der** rechten **Hand**,	I-T02	**TE** 6	0,1				
Rückschwingen, **Rückspreizen** des linken Beines in den Stütz vorlings	I-T05	**TE**	Wh				
(3) Seitschwingen nach rechts, **Vorspreizen** des rechten Beines,	I-T04	**TE**	Wh				
Seitschwingen gespreizt nach links **mit Lösen der** linken **Hand**,	I-T02	**TE**	Wh				
Rückschwingen, **Rückspreizen** des rechten Beines In den Stütz vorlings	I-T05	**TE**	Wh				
(4) Seitschwingen nach links, **Vorspreizen** links,	I-T04	**TE**	Wh				
Seit-schwingen gespreizt nach rechts, Rückspreizen des linken Beines unter der rechten Hand in den Stütz vorliege **(1/2 Unterkreisen**)	I-T06	**TE** 7	0,1				
(5) Seitschwingen links **mit Spreizen der Beine**,	I-T03	**TE** 8	0,1				
Seitschwingen rechts, **Vorspreizen** des rechten Beines,	I-T04	**TE**	Wh				
(6) Seitschwingen gespreizt nach links, **Scher-Spreizen vw (Schere)** links	I-001	**A** 1	0,5			I	0,5
(7) Seitschwingen gespreizt nach rechts mit Vorspreizen rechts in den Stütz rücklings;	I-T04	**TE**	Wh				
Rückflanken links **mit 1/4 LAD** rechts in den **Quer¬stand seitlings**	IV-N02			**NE** 2	0,3	IV	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	1	1	0,5	1	0,5
NE	-	-		-	
TE	14	6	0,6	6	0,6
Elementgruppen	1	2	1,0	2	1,0
D-Wert		8	**2,4**	8	**2,4**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

6.6.4 P8 - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Querstand vorlings am Pferdende, **Vorflanken rechts mit 1/4 LAD links** in den Wechsel stütz rücklings (rechte Hand auf der Pausche)	II-T05	**TE** 7	0,1				
(2) Rückspreizen links, Seitschwingen rechts,	I-T05	**TE** 8	0,1				
Rückspreizen rechts zum Wechselstütz vorlings	I-T05	**TE**	Wh				
(3) Seitschwingen links, **Vorspreizen links**,	I-T04	**TE** 9	0,1				
Vorspreizen rechts ohne Lösen der rechten Hand (Doppelstütz auf einer Pausche), Rückspreizen links, Rückspreizen rechts zum Stütz vorlings (**Wanderspreizen nach rechts**)	III-N01	**NE** 5	0,3			III	0,5
(4) Seitschwingen links, **Vorspreizen links,**	I-T04	**TE**	Wh				
Seitschwingen rechts, **Vorspreizen rechts** in den Stütz rücklings,	I-T04	**TE**	Wh				
Seitschwingen nach links, **Rückspreizen links**	I-T05	**TE**	Wh				
(5) Seitschwingen nach rechts, **Scher-Spreizen (Schere) rückwärts rechts**	I-025	**A** 2	0,5			I	0,5
(6) Seitschwingen nach links, **Rückspreizen links**,	I-T05	**TE**	Wh				
Seitschwingen nach rechts, **Vorspreizen rechts**	I-T04	**TE**	Wh				
(7) Seitschwingen nach links, **Scher-Spreizen (Schere) vorwärts links**	I-001	**A** 3	0,5			I	Wh
(8) Seitschwingen nach rechts, **Vorspreizen rechts**,	I-T04	**TE**	Wh				
Rückflanken links	I-T08	**TE** 10	0,1				
(9) Kreisflanken	II-001	**A** 4	0,5			II	0,5
Zweites Kreisflanken in direkter Folge	II-N01	**NE 6**	0,3			II	Wh
(10) Vorflanken rechts,	I-T08	**TE**	Wh				
Rückflanken mit 1/4 LAD in den Querstand seitlings	IV-N02			**NE** 1	0,3	IV	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	2	2	0,6	2	0,6
TE	12	4	0,4	4	0,4
Elementgruppen	3	4	2,0	4	2,0
D-Wert		10	**4,8**	10	**4,8**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

6.6.5 P9 - Pauschenpferd

Ausschreibung	Teile-Nr	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Seitstand vorlings am Pferdende rechts (Linke Hand an rechter Pausche): Absprung zum **Kehrschwung (Drehkehre)** nach links in den Stütz rücklings auf beiden Pauschen	II-N11	**NE** 6	0,3			II	0,5
(2) Rückspreizen links	I-T05	**TE** 9	0,1				
(3) Scherspreizen (Schere) rückwärts rechts	I-025	**A** 2	0,5			I	0,5
Rückspreizen links	I-T05	**TE**	Wh				
Vorspreizen rechts	I-T04	**TE** 10	0,1				
(4) Scherspreizen (Schere) vorwärts links	I-001	**A** 3	0,5			I	Wh
(5) Vorspreizen rechts	I-T04	**TE**	Wh				
Rückflanken links	II-T08	**TE**	0,1				
(6) Kreisflanke	II-001	**A** 4	0,5			II	0,5
Zweites Kreisflanken in direkter Folge	II-N01	**NE 7**	0,3			II	Wh
(7) Wanderflanken vorwärts im Seitstütz	III-001	**A** 5	0,5			III	0,5
(8) Kreisflanke i. Wechselstütz	II-N02	**NE 8**	0,3			II	Wh
(9) Vorflanken rechts	II-T08	**TE**	Wh				
(10) Schwabenflanke zur Wende in den Querstand seitlings	IV-001			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	4	2,0	4	2,0
NE	3	3	0,9	3	0,9
TE	6	2	0,2	2	0,2
Elementgruppen	4	4	2,0	4	2,0
D-Wert		10	**5,6**	10	**5,6**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

7 Ringe

7.1 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.

7.2 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 soll zu gleichen Teilen aus Schwung-, Kraft- und Halteelementen bestehen.
3. Die Übung soll im Hang beginnen mit den Armen und dem Körper gestreckt und senkrecht.
4. Rückschwünge im Stütz, die nicht direkt zu einem Element führen, sondern nur die Richtung umkehren oder in einer niedrigeren Hangposition enden, werden vom E-Kampfgericht nicht abgezogen. Die Schwungamplitude beim Rückschwung (hoher Rückschwung) unterliegt der Bewertung des E-Kampfgerichts. Ein typisches Beispiel ist eine Kippe zum Stütz, 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 (Ausnahme: P-Übungen).
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 2s 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 E-Kampfgericht abgezogen und kann nicht zur Anerkennung führen.
   e) Schwungelemente, welche in Halteteilen enden und eine Schwungumkehr beinhalten (z.B. Stemme vw. zum Kreuzhang usw.) werden als 2 Elemente gewertet.
   f) Übergriff bei Kraftelementen ist nicht gestattet. (Abzug- 0,1 jedesmal)
   g) Die Arme müssen immer gestreckt sein, wenn dies möglich ist.

7.3 Information zur D-Wertung

1. Elementgruppen:
   - I Kippen und Schwungelemente und Schwünge durch oder in den Handstand (2s)
   - II Kraft- und Halteelemente (2s)
   - III Schwung zu Kraftelementen (2s)
   - IV Abgänge
2. Eine Wiederholung von Elementen (gleiche Identifikations-Nummer) kann nicht zur D-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 nicht vergeben.
4. Zusätzliche Informationen und Regeln:
   a) Alle Kraft- oder Halteelemente sollen mindestens 2 Sekunden gehalten werden. Sie werden nicht für die D-Wertung und Elementgruppe anerkannt, wenn sie gar nicht 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 gehalten wurde.
   c) Elemente mit gekreuzten Seilen sind nicht gestattet. Sie werden auch als nicht erlaubte Elemente mit Abzügen vom E-Kampfgericht belegt.

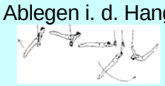
7.4 Zusätzliche Informationen und Regeln

1. Bei Schwüngen und Kraftelementen zu Haltepositionen dürfen die Schulter und/oder der Körper die perfekte Halteposition um nicht mehr als 5° überschreiten. Eine Überschreitung von mehr als 45° führt zur Nichtanerkennung des Elements.
2. Schwünge in Krafthaltepositionen müssen in der korrekten Position enden.
3. Kippe zur Stützwaage ist immer A+C, weil das Element immer durch den Stütz geturnt wird.

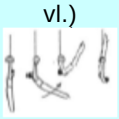
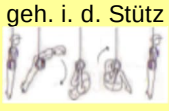
7.5 E-Abzugstabelle

Fehler	leicht -0,10	mittel -0,30	schwer -0,50	schwer -0,50 + keine Anerkennung
Beine geöffnet oder schlechte Haltung beim Springen oder Heben an die Ringe		X		
Anschwingen am Beginn der Übung		X		
Trainer/in gibt dem Turner Schwung für die Übung	X			
Kreuzen der Ringeseile während der Übung		X		
Halten eines Elementes, das im CdP nicht für 2 Sek. oder mehr ausgewiesen ist.	X			
ungleiche Verteilung von Schwung- , Halte- und Kraftelementen		X		
Übergriffe bei Krafthalte (jedes Mal)	X			
gebeugte Arme beim Schwung in das Krafthalte-Element oder beim Erreichen der Halteposition	X	X	X	
gebeugte Arme bei Halte- oder Krafthalteelemente	X	X	X	
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
Überfallen im Handstand				X
ausgeprägtes Schwingen der Seile (je Element)	X			
Schwungteil mit Kraft	X	~~X~~		
Höhe der Schultern bei Schwüngen in eine Krafthalteposition	>5°-20°	>20° - 45°		>45°
Schwünge in Krafthalte-positionen müssen in der korrekten Position enden	bis 15°	16° - 30°	31° 45°	>45°

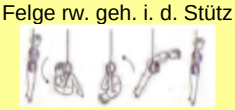
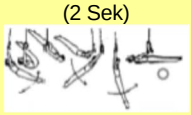
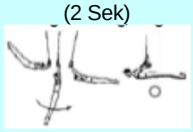
7.6 Elementetabelle

<table>
<tr><th colspan="2">Ringe</th><th colspan="4">Übersicht der A-, B- und C-Teile des CdP 2022, der Nationalen und der Turnerischen Elemente
(Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit und z.T. umgangssprachlich)</th></tr>
<tr><th>TE = 0,1</th><th>E
G
A</th><th>NE = 0,3</th><th>A-Teile =
0,5</th><th>B-Teile =
0,7</th><th>C-Teile =
0,9</th></tr>
<tr><td></td><td rowspan="11">EG I: Kippen, Schwungelemente u. Schwünge durch o. i.d. Handstand (2 Sek)</td><td></td><td>[I-001]
Stemme vw. i. d. Stütz</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td rowspan="2">[I-007]
Aus der Stützwaage, Schwalbe od. Rückschwung i. Stütz -. Rolle vw. z. Rückschw. i. Hang</td><td rowspan="2">[I-008]
Schwungstemme vw., Kontersalto vw. z. Rückschw. i. Hang
(Chechi)</td><td></td></tr>
<tr><td>[I-T03]
Auf-/Umschwung mit geb. Armen vw. / rw. in den Stütz</td><td></td><td rowspan="2">[I-019]
A. d. Hang, Felgaufschw. i.d. Stütz</td><td>[I-021]
Doppelsalto rw. geh. i. d. Hang
(Guczoghy)</td></tr>
<tr><td>[I-T04]
Felge mit gebeugten Armen zum Handstand (2s)</td><td></td><td>[I-020]
Felgaufschw. m. gestr. Armen d. d. Hdst.</td></tr>
<tr><td>[I-T05]
Rückschwung
> 45°</td><td>[I-N05]
Rückschw. i.St. z. Ablegen i. d. Hang
  </td><td>[I-025]
Schleudern geb. o. gestr.</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td rowspan="2">[I-031]
Stemme rw. i. d. St.</td><td rowspan="2">[I-032]
Stemme rw. d.d. Hdst.</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td rowspan="3">[I-037]
A. d. Hang Einkugeln geb. o. gestr.</td><td rowspan="2">[I-044]
Rückschwung u. Überschlag vw. i. d. Stütz.
(Honma)</td><td rowspan="2">[I-045]
Honma gestr.</td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>[I-043]
A. d. Hang langsames Einkugeln</td><td>[I-044]
Doppelsalto vw. geh. i. d. Hang
(Yamawaki)</td><td>[I-045]
Doppelsalto vw. geb. o. gestr. i. d. Hang
(Jonasson)</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>[I-049]
Kippe i.d. Stütz</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>[I-055]
Kreuzkippe m. geb. Armen i. d. Stütz</td><td>[I-056]
Kreuzkippe m. gestr. Armen i.d. Stütz</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td>[I-061]
Vorschw. i. St., Ablegen z. Rückschw. i. Hang</td><td></td><td>[I-063]
A.d.Rückschwung Salto vorw. z.Stütz</td></tr>
</table>

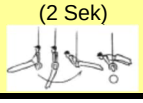
Rote Schrift: Teil unter 18 Jahren nicht zugelassen

Ringe TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9
	EG I: Kippen, Schwungelemente u. Schwünge durch o. i.d. Handstand (2 Sek)		**[I-067]** a.d. Stütz o. Kreuzh., Felge rw geb. o. gestr. i.d. Stütz		
				[I-074] Kreuzkippe o. Felge rw. gestr. i.d. Handstand (2s)	**[I-075]** Felgaufschw. o. Riesen m. gestr. Armen i. d. Hdst. (2s)
					[I-081] Stemme rw. o. Riesen vw. i. d. Handst. m. gestr. Armen (2s)
[I-T15] Rückschw. i. St. mit geb. Armen i.d. Hdst 				**[I-086]** a.d. Stütz Rückschwung m. gestr. Armeni.d. Handstand (2s)	**[I-087]** Honma u. Rückschwung i. d. Hdst. (2s)
	EG II: Kraft- und Halteelemente (2s)		**[II-001]** Winkel-/ Grätschwinkelstütz (2s)	**[II-002]** Spitzwinkelstütz (2s)	
[II-T02] Aus dem Strecksturzhang Senken i.d. Hang rückl. (2s)		**[II-N02]** A. d. Strecksturzh. gestr. Senken ü. d. Hangwaage rl. i.d. Hang rückl. (2s) 	**[II-007]** Hangwaage rl. (2s)		**[II-009]** Stützwaage (2s)
			[II-013] Hangwaage vl. (2s)		**[II-014]** Alle Kreuzhänge, (2s)
			[II-019] Stützwaage gegr. (2s)		
[II-T05] Heben i. d. Strecksturz-hang oder Kipphang		**[II-N05]** Heben m. gestr. Körper i.d. Strecksturzh. (d.d. Hangwaage vl.) 	**[II-025]** Heben m. geb. Hüfte u. geb. Armen i. d. Hdst. (2s), (auch mit gegr. Beinen)	**[II-026]** Heben m. gestr. Hüfte u. geb. Armen o. m. geb. Hüfte u. gestr. Armen i. d. Hdst., auch a. d. Stützwaage gegr., Heben a. m. gegr. Beinen	**[II-027]** Heben m. gestr. Hüfte u. gestr. Armen i. d. Hdst., auch a.d. Stützwaage (2s)
[II-T06] Langsame Felge vw. geh. i. d. Stütz 			**[II-031]** Langsame Felge vw. geb. m. geb. Armen i. d. Stütz	**[II-032]** Langsame Felge vw. gestr. i. d. St.	
[II-T07] a.d. Hang rück. Heben i.d. Strecksturz-hang oder Kipphang				**[II-038]** Langsame Felge rw. m. gestr. Armen u. gestr. Körper i.d. Winkelstütz (2s)	**[II-039]** Langs. Felge vw. gestr. m. geb. o. gestr. Armen i. d. Kreuzhang o. Kreuzhang m. Vorhalte (2s)

Rote Schrift: Teil unter 18 Jahren nicht zugelassen

Ringe TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9
[II-T08] Felge rw. geh. i. d. Stütz 	EG II: Kraft- und Halteelemente (2s)				
		[II-N09] Zugstemme i. d. Stütz 		**[II-050]** Zugstemme m. geb. Armen i. d. Hangwaage rl. (2s)	**[II-051]** Zugstemme m. gestr. Armen i. d. Hangwaage rl. (2s)
[II-T10] Klimmzug				**[II-056]** A. d. Kreuzhang o. Kreuzhang m. Vorhalte Dr vw. i. d. Hangwaage rl. (2s)	**[II-057]** Zugstemme m. gestr. Armen i. d. Winkelstütz (2s)
[II-T11] A. d. Stütz langsames Senken i.d. Hang				**[II-062]** A. d. Hdst. Senken waagrecht i. d. Hangwaage rl. (2s)	**[II-063]** A. d. Stütz o. Kreuzh. langs. Senken m. gestr. Armen i. d. Hang und Zugst. m. gestr. Armen i. d. Kreuzhang (2s) **(Li Xiaoshuang)**
				[II-068] A. d. Hdst. langs. Senken d. d. Kopfkreuz i. d. Sturzh.	
					[II-075] A. d. Kreuzhang o. Kreuzhang m. Vorhalte, Zugstemme i. d. Winkelstütz (2s)
[III-T01] Schleudern u. Vorschw. i.d. Hangwaage vl. (2 Sek) 	EG III: Schwungelemente zu Krafthalteelementen (2s)	**[III-N01]** Rückschwung i. d. Hangwaage rl. (2 Sek) 		**[III-002]** Stemme vw. i. d. Winkelstütz (2s)	**[III-003]** Stemme vw. i. d. Spitzwinkelst. (2s)
				[III-008] Kippe i.d. Winkelstütz (2s)	**[III-009]** Kippe i. d. Spitzwinkelstütz (2s)
				[III-014] Rückschwung und Überschlag vw. geb. i. d. Winkelstütz (2s) **(Honma)**	**[III-015]** Honma i. d. Spitzwinkelstütz (2s) **(Gracia)**
					[III-027] Stemme vw. i. d. Kreuzhang o. Kreuzhang m. Vorhalte (2s)

Rote Schrift: Teil unter 18 Jahren nicht zugelassen

Ringe TE = 0,1	E G A	NE = 0,3	A-Teile = 0,5	B-Teile = 0,7	C-Teile = 0,9
	EG III: Schwungelemente zu Kraftelementen (2s)				**[III-033]** Stemme rw. i. d. Kreuzhang o. Kreuzhang m. Vorhalte (2s)
					[III-039] Kippe i. d. Kreuzhang o. Kreuzhang m. Vorhalte (2s)
					[III-045] Kreuzkippe i. d. Kreuzhang o. Kreuzhang m. Vorhalte (2s)
				[III-050 Felgaufschwung i. d. Stütz mit gegr. Beinen ü. d. Ringen (2s) **(Delchev)**	
				[III-056 Felgaufschwung i. d. Stützwaage gegr. (2s)	**[II-057]** Felgaufschwung i. d. Kreuzhang o. Kreuzhang m. Vorhalte (2 s.)
[III-T009] Rückschw. i. St. in die Stützwaage gegr. (2 Sek) 				**[III-068]** Stemme rw. i. d. Stützwaage gegr. (2s)	
	Elementgruppe IV: Abgänge	**[IV-N01]** Salto vw. geh., a. m. 1/2 o. 1/1 Dr. 	**[IV-001]** Salto vw. geb. o. gestr. .auch mit 1/2 Dr.	**[IV-002]** Salto vw. geb. o. gestr. m. 1/1 Dr.	**[IV-003]** Salto vw. geb.o. gestr. m. 3/2 Dr.
					[IV-009] Doppelsalto vw. geh. o. geh. m. 1/2 Drehung
		[IV-N03] Salto rw. geh., a. m. 1/2 Dr. 	**[IV-025]** Salto rw. geb. o. gestr. auch m. 1/2 Dr.	**[IV-026]** Salto rw. geb. o. gestr. m. 1/1 Dreh.	**[IV-027]** Salto rw. gestr. m. 3/2 o. 2/1 Drehung
		[IV-N04] Stemme rw. u. Salto rw. geh. **(Köste)** 			
				[IV-032] Doppelsalto rw. geh. o. geb.	**[IV-033]** Doppelsalto rw. gestr.
					[IV-045] Doppelsalto rw. geh. m. 1/2, 1/1 o. 3/2 Dreh.
					[IV-051] Salto rw. gestr. 1/1 Drehung u. Salto rw. geh.

Rote Schrift: Teil unter 18 Jahren nicht zugelassen

7.7 Bewertung der P-Übungen Ringe nach Kürwertung

7.7.1 P5 - Ringe

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Streckhang, **Klimmziehen**	II-T10	**TE** 1	0,1				
Klimmziehen	II-T10	**TE**	Wh				
Klimmziehen, Senken in den Hang	II-T10	**TE**	Wh				
(2) Heben über den Kipphang **in den Strecksturzhang** (2 Sek)	II-T05	**TE** 2	0,1				
(3) Langsames **Senken in den Hang rücklings** (2 Sek)	II-T02	**TE** 3	0,1				
(4) Heben in den Kipphang	II-T07	**TE** 4	0,1				
(5) Felgabschwung vorwärts in den Hang;	VE-09	-					
(6) Rückschwung (mind. 45°),	I-T05	**TE** 5	0,1				
Vorschwung,	VE-02	-					
Rückschwung (mind. 45°),	I-T05	**TE**	Wh				
Vorschwung	VE-02	-					
Rückschwung (mind. 45°),	I-T05	**TE**	Wh				
(7) Niedersprung in den Stand	VE-11	-	-				

Teile	Anzahl	Anerkannt WK M 14-17		Anerkannt M 18+	
		Anzahl	Wert	Anzahl	Wert
Abgang	-	-		-	
A-Teile	-	-		-	
NE	-	-		-	
TE	9	5	0,5	5	0,5
Elementgruppen	-	-		-	
D-Wert		5	**0,5**	5	**0,5**

Fehlende Teile		2		3	
E-Startwert			**7,0**		**7,0**

7.7.2 P6 - Ringe

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: **Heben in den Streckstürzhang** (2 Sek.)	II-T05	**TE** 3	0,1				
(2) Langsames Senken rückwärts in den Hang rücklings (2 Sek.)	II-T02	**TE** 4	0,1				
(3) Heben des Körpers **in den Kipphang**	II-T07	**TE** 5	0,1				
(4) Felgabschwung vorwärts in den Hang, Rückschwung	VE-09	**-**					
(5) Stemmumschwung ("Einkugeln", gebeugt erlaubt)	I-037	**A** 2	0,5			I	0,5
(6) Abschwung vorwärts, **Rückschwung** (>45°),	VE-09 I-T05	**TE** 6	0,1				
(7) Vorschwung	VE-02	**-**					
(8) Rückschwung (>45°)	I-T05	**TE**	Wh				
(9) Vorschwung**,** **Salto rückwärts gehockt** in den Stand	IV-N03			**NE** 1	0,3	IV	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	1	1	0,5	1	0,5
NE	-				
TE	5	4	0,4	4	0,4
Elementgruppen	2	2	1,0	12	1,0
D-Wert		6	**2,2**	6	**2,2**

Fehlende Teile		1		2	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

7.7.3 P7 - Ringe

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: **Zugstemme** in den Stütz	II-N09	**NE** 4	0,3			II	0,5
(2) Heben der Beine in den **Winkelstütz** (2 Sek.)	II-001	**A** 2	0,5			II	Wh
(3) Senken rückwärts **in den Strecksturzhang**	VE-05	**-**					
(4) Langsames Senken rückwärts **in den Hang rücklings** (2 Sek.)	II-T02	**TE** 5	0,1				
(5) Heben des Körpers **in den Kipphang**	II-T07	**TE** 6	0,1				
(6) Felgabschwung vorwärts in den Hang, Rückschwung	VE-08	**-**					
(7) Stemmumschwung vorwärts (Einkugeln)	I-037	**A** 3	0,5			I	0,5
Abschwingen, **Rückschwung (>45°)**	I-T05	**TE** 7	0,1				
(8) Vorschwung, **Salto rückwärts gestreckt**	IV-025			**A** 1	0,5	IV	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	2	2	1,0	2	1,0
NE	1	1	0,3	1	0,3
TE	3	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	3	3	1,5	3	1,5
D-Wert		7	**3,6**	7	**3,6**

Fehlende Teile		-		1	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

7.7.4 P8 - Ringe

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: **Heben gestreckt** (gebeugte Arme erlaubt) **in den Strecksturzhang**	II-N05	**NE** 6	0,3			II	0,5
(2) Felgabschwung vorwärts in den Hang, Rückschwung, **Stemmumschwung vorwärts (Einkugeln),**	VE-08 I-037	**A** 2	0,5			I	0,5
(3) Rückschwung, **Stemmaufschwung rückwärts in den Stütz**	I-031	**A** 3	0,5			I	Wh
(4) Heben der Beine in den **Winkelstütz** (2 Sek.)	II-001	**A** 4	0,5			II	Wh
(5) Senken in den **Strecksturzhang**	VE-05	**-**					
(6) langsames Senken rückwärts gestreckt in den **Hang rücklings** (2 Sek.)	II-N02	**NE** 7	0,3			II	Wh
(7) Heben des Körpers **in den Kipphang**	II-T07	**TE** 8	0,1				
(8) Felgabschwung vorwärts in den Hang, **Rückschwung (> 45°)**	I-T05	**TE** 9	0,1				
(9) Vorschwung, **Felgumschwung rückwärts** (Felgschleudern)	I-025	**A** 5	0,5			I	Wh
(10) Vorschwung, **Salto rückwärts gestreckt** in den Stand	IV-025			**A** 1	0,5	IV	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	4	4	2,0	4	2,0
NE	2	2	0,6	2	0,6
TE	2	2	0,2	2	0,2
Elementgruppen	3	3	1,5	3	1,5
D-Wert		9	**4,8**	9	**4,8**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

7.7.5 P9 - Ringe

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang: Heben gestreckt in den **Strecksturzhang**,	II-N05	NE 10	0,3			II	0,5
Kippe in den Stütz	I-049	A 2	0,5			I	0,5
(2) Heben der Beine in den **Winkelstütz** (2 s)	II-001	A 3	0,5			II	Wh
(3) Heben in den Handstand mit gebeugten Armen (2 s)	II-025	A 4	0,5			II	Wh
(4) Senken über den Stütz, **Ablegen vorwärts in den Hang** zum Rückschwung	I-061	A 5	0,5			I	Wh
(5) Stemmumschwung vorwärts *(gestrecktes Einkugeln)*	I-037	A 6	0,5			I	Wh
(6) Stemmaufschwung rückwärts in den Stütz	I-031	A 7	0,5			I	Wh
(7) Senken rückwärts in den Strecksturzhang, Senken in die **Hangwaage rücklings** (2 Sek.)	VE-05 II-007	A 8	0,5			II	Wh
(8) a.d. Hangwaage Senken in den Hang rücklings, **Heben in den Kipphang**	VE-10 II-T07	TE	- (>10)				
(9) Felgabschwung rückwärts (Schleudern) in den Hang	I-025	A 9	0,5			I	Wh
Vorschwung, **Felgumschwung rückwärts** (Felgschleudern)	I-025	A	Wh			I	Wh
(10) Vorschwung und **Salto rückwärts gestreckt mit 1/2 LAD** in den Stand	IV-025			A 1	0,5	IV	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	8	8	4,0	8	4,0
NE	1	1	0,3	1	0,3
TE	1	-	0,0	-	0,0
Elementgruppen	3	3	1,5	3	1,5
D-Wert		10	**6,3**	10	**6,3**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

8 Sprung

8.1 Beschreibung der Sprünge

- Sprungbrett, Sprungtisch Gerätehöhe: 1,35 m (P5 und P6 1,10m)
- Der Sprung beginnt mit dem Anlauf, es folgt der Absprung mit beiden Füßen (mit oder ohne Rondat) vom Sprungbrett. Danach folgt eine kurze Stützphase mit 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.

8.2 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 einem Maßband an der Seite gekennzeichnet sein.

   Der Sprung endet mit der Landung hinter dem Tisch in einer stehenden Position mit geschlossenen Beinen und muss entweder zum Tisch oder vom Tisch weg zeigen.
3. 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.
4. Sprünge mit Saltos in der ersten Flugphase und Sprünge mit gegrätschten Beinen während der zweiten Flugphase sind weder aufgelistet noch erlaubt. Einzige Ausnahme ist die Sprunggrätsche.
5. Der Turner muss die gewünschte Körperhaltung erkennbar zeigen (gehockt, gebückt oder gestreckt). Nicht eindeutig erkennbare Positionen werden vom E-Kampfgericht abgezogen und können in einer niedrigeren Einstufung durch das D-Kampfgericht resultieren.
6. Basis für die Bewertung durch das E-Kampfgericht:
   a) erste Flugphase bis zum Stütz mit beiden Händen;
   b) Stützphase: vom Moment des Kontakts mit dem Tisch bis zu dem Punkt, an dem die Hände den Tisch verlassen;
   c) zweite Flugphase mit Abdruck vom Tisch bis zur Landung;
   d) Landungsphase: von der Vorbereitung zur Landung bis zum endgültigen

Stand.

Das E-Kampfgericht muss die Abzüge phasenweise vornehmen.

Nationale Regelungen

7. Regelung für die Landung:
   a) Die Regelungen für die Landezone gelten bei nicht. Abweichungen von der Mittelachse werden vom E-Kampfgericht aber bewertet.
   b) 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 Ausgangswert.
8. In der zweiten Flugphase muss der Turner einen deutlichen Höhengewinn des Körperschwerpunktes im Verhältnis zur Stützphase zeigen.
9. Gehockte und gebückte Saltos müssen ein klares Öffnen vor der Landung aufweisen.

8.3 Information zur D-Wertung

1. Elementgruppen:
   I Sprünge mit einem Salto und komplizierten Schrauben
   II Überschlagsprünge ohne oder mit einfachen Drehungen und alle Doppelsalto vw.
   III Überschlagsprünge sw. und Tsukahara-Sprünge ohne oder mit einfachen Drehungen und alle Doppelsalto rw.
   IV Rondatsprünge mit einem Salto und komplizierten Schrauben
   V Rondatsprünge ohne oder mit einfachen Drehungen und alle Doppelsalto vw. o. rw.
2. Jeder Sprung ist aufgelistet, nummeriert, hat einen spezifischen Wert und gehört einer bestimmten Gruppe an. Generell gelten folgende Kriterien:
   c) Cuervo-Sprünge haben denselben Wert wie die entsprechenden Handstand-Salto-Sprünge mit Drehungen.
   a) Kasamatsu-Sprünge haben den gleichen Wert wie entsprechende Tsukahara-Sprünge.
   b) Yurchenko-Sprünge haben den gleichen Wert wie entsprechende Tsukahara- oder Kasamatsu-Sprünge.
   d) Sofern nicht anders angegeben, haben Rondatsprünge (aufs Brett) mit halber Drehung in der ersten Flugphase einen um 0,40 Punkte höheren Ausgangswert als die entsprechenden Vorwärtssprünge.
   c) Außer anders aufgeführt, haben Rondatsprünge (aufs Brett) mit 3/4 oder 1/1 Drehung in der ersten Flugphase einen um 1,20 Punkte höheren Ausgangswert als die entsprechenden Tsukahara-Sprünge.
3. Jeder Sprung hat eine eigene Sprungnummer, basierend auf seiner Komplexität.
4. Der Turner muss die geturnte Körperhaltung deutlich präsentieren (gehockt, gebückt oder gestreckt). Nicht eindeutig ausgeturnte Elemente können zur Nicht-Anerkennung durch das D-Kampfgericht oder zur Bewertung mit einem niedrigeren Schwierigkeitswert führen.

5. Der Sprung ist ungültig (0,00 Punkte von D- und E-Kampfgericht):
   a) wenn der Sprung ohne Berührung des Tisches ausgeführt wird;
   b) wenn der Turner die Sicherheitsumrandung bei Rondatsprüngen nicht benutzt.
   c) wenn der geturnte Sprung nicht als Sprung erkennbar ist oder der Turner sich mit den Füßen vom Tisch abdrückt;
   d) Trainerhilfe während des Sprungs;
   e) wenn der Turner nicht mit wenigstens mit einem Fuß zuerst die Landematte berührt;
   f) wenn der Turner absichtlich im Seitstand landet;
   g) wenn der Turner einen verbotenen Sprung turnt (gegrätschte Beine, Salto in der 1. Flugphase, verbotenes Element vor dem Brett);
   h) wenn der Anlauf ausgeführt wurde, der Turner aber am Tisch vorbei läuft und dabei Brett und/oder Tisch berührt ohne zu springen;
   i) wenn der Turner den Tisch zweimal berührt;
6. Es sind zwei Sprünge zu zeigen. Es dürfen die gleichen Sprünge sein.
7. Es ist ein zusätzlicher Anlauf erlaubt, solange der Turner weder das Sprungbrett noch den Sprungtisch berührt hat. Es erfolgt ein Abzug von 1,0 Punkten. Es ist ein dritter, aber kein vierter Anlauf zulässig.

8.4 D-Abzugstabelle

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30P.	schwer 0,50 P.
mehr als 25 m Anlauf			X
misslungener oder nicht regelgerechter Sprung	0,00 Punkte für den Sprung		
wenn der Turner die Sicherheitsumrandung bei Rondatsprüngen nicht benutzt	0,00 Punkte für den Sprung		
Zusätzlicher Anlauf	1,00 P.		

8.5 E-Abzugstabelle

Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P.
Ausführungsfehler in der 1. Flugphase	X	X	X
Technikfehler in der 1. Flugphase	X	X	X
Passieren der Handstandposition nicht in der senkrechten	X	X	X
Ausführungsfehler in der 1. und 2. Flugphase	X	X	X
Technikfehler in der 1. und 2. Flugphase	X	X	X
Ungenügende Höhe, zu geringe Steigphase	X	X	X
mangelhafte Landevorbereitung	X	X	
Hüfte bei der Landung unterhalb der Knie			X

8.6 Elementetabelle

Sprung	Übersicht der A-, B- und C-Teile des CdP 2022, der Nationalen und der Turnerischen Elemente (Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit und z.T. umgangssprachlich)	
Nr.	**Bezeichnung**	**Wert**
***	**Turnerische Elemente**	
TE01	Sprunghocke 1,10 m	0,4
TE02	Sprunggrätsche 1,10 m	0,4
TE03	Bücke 1,10 m	1,2
TE04	Überschlag vw. 1,10 m	2,0
***	**Nationale Elemente**	
NE01	Sprunggrätsche	0,8
NE02	Sprunghocke 1,35 m	0,8
NE10	Sprungbücke	1,6
NE11	Sprungbücke mit 1/2 Dreh.	2,0
NE21	Hecht	2,4
NE22	Hecht mit 1/2 Dreh.	2,8
NE23	Hecht mit 1/1 Dreh.	3,2
NE24	Hecht mit 3/2 Dreh.	3,6
NE25	Hecht mit 2/1 Dreh.	4,0
***	**EG I: Sprünge mit einem Salto und mehreren Drehungen**	
101	Überschlag vw. u. Salto vw. geh. m. 1/2 Dr. o. Cuervo geh.	4,8
102	Überschlag vw. u. Salto vw. geh. m. 1/1 Dr. o. Cuervo geh. m. 1/2 Dr.	5,6
103	Überschlag vw. u. Salto vw. geh. m. 3/2 Dr. o. Cuervo geh. m. 1/1 Dr. **(Kroll)**	6,4
104	Überschlag vw. u. Salto vw. geh. m. 2/1 Dr. o. Cuervo geh. m. 3/2 Dr. **(Canbas)**	7,2
107	Überschlag vw. u. Salto vw. geb. m. 1/2 Dr. o. Cuervo geb.	5,6
108	Überschlag vw. u. Salto vw. geb. m. 1/1 Dr. o. Cuervo geb. m. 1/2 Dr.	6,4
109	Überschlag vw. u. Salto vw. geb. m. 3/2 Dr. o. Cuervo geb. m. 1/1 Dr.	7,2
113	Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 1/2 Dr. o. Cuervo gestr.	7,2
114	Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 1/1 Dr. o. Cuervo gestr. m. 1/2 Dr.	8,0
115	Überschl. vw. u. Salto vw. gestr. m. 3/2 Dr. o. Cuervo gestr. m. 1/1 Dr. **(Lou Yun)**	8,8
116	Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 2/1 Dr. o. Cuervo gestr. m. 3/2 Dr.	9,6
117	Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 5/2 Dr. o. Cuervo gestr. m. 2/1 Dr. **(Yeo 2)**	10,4
118	Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 3/1 Dr. o. Cuervo gestr. m. 5/2 Dr. **(Yang Hak Seon)**	11,2
119	Tsukahara geh. m. 1/1 Dr. o. Kasamatsu geh.	4,8
120	Tsukahara geh. m. 3/2 Dr. o. Kasamatsu geh. m. 1/2 Dr.	5,6
121	Tsukahara geh. m. 2/1 Dr. o. Kasamatsu geh. m. 1/2 Dr. **(Barbieri)**	6,4
122	Tsukahara geh. m. 5/2 Dr. o. Kasamatsu geh. m. 2/1 Dr.	7,2
125	Tsukahara gestr. m. 1/1 Dr. o. Kasamatsu gestr.	7,2
126	Tsukahara gestr. m. 3/2 Dr. o. Kasamatsu gestr. m. 1/2 Dr.	8,0
127	Tsukahara gestr. m. 2/1 Dr. o. Kasamatsu gestr. m. 1/1 Dr. **(Akopian)**	8,8

Nr.	Bezeichnung	Wert
131	Tsukahara gestr. m. 5/2 Dr. o. Kasamatsu gestr. m. 3/2 Dr. **(Driggs)**	9,6
132	Tsukahara gestr. m. 3/1 Dr. o. Kasamatsu gestr. m. 2/1 Dr. **(López)**	10,4
133	Tsukahara gestr. m. 7/2 Dr. o. Kasamatsu gestr. m. 5/2 Dr. **(Yonekura)**	11,2
***	**EG II: Überschlagsprünge mit oder ohne einer einfachen Drehung und alle Doppelsalto vw.**	
201	Überschlag vw.	2,4
202	Überschlag vw. m. 1/2 Dr.	2,8
203	Überschlag vw. m. 1/1 Dr.	3,2
204	Überschlag vw. m. 3/2 Dr.	3,6
205	Überschlag vw. m. 2/1 Dr.	4,0
206	Überschlag vw. m. 5/2 Dr. **(Tsygankov)**	4,4
207	Überschlag vw. u. Salto vw. geh.	4,0
213	Überschlag vw. u. Salto vw. geb.	4,8
219	Überschlag vw. u. Salto vw. gestr.	6,4
225	Überschlag vw. u. Doppelsalto vw. geh. **(Roche)**	9,6
226	Roche m ½ Dr. **(Dragulescu)**	10,4
228	Überschlag vw. u. Salto vw. geh. m. ½ Dr. u. Salto rw. geh. **(Zimmerman)**	10,4
231	Überschlag vw. u. Doppelsalto vw. geb. **(Blanik)**	10,4
232	Überschlag vw. u. Doppelsalto vw. geb. m. ½ Dr. **(Ri Se Gwang 2)**	11,2
***	**EG III: Überschlagsprünge sw. und Tsukahara-Sprünge mit oder ohne einer einfachen Drehung und alle Doppelsalto rw.**	
301	Überschlag sw. m. 1/4 Dr.	2,4
302	Überschlag sw. m. 3/4 Dr.	2,8
303	Überschlag sw. m. 5/4 Dr.	3,2
307	Überschlag sw. m. 1/4 Dr. u. Salto rw. geh. **(Tsukahara geh.)**	3,6
308	Tsukahara geb.	4,0
309	Tsukahara geh. m. 1/2 Dr.	4,0
313	Tsukahara gestr.	5,6
314	Tsukahara gestr. m. 1/2 Dr.	6,4
319	Tsukahara geh. m. Salto rw. geh. **(Yeo)**	9,6
320	Tsukahara geb. m. Salto rw. geb. **(Lu Yu Fu)**	10,4
321	Doppel Tsukahara geh. m. 1/1 Dr **(Ri Se Gwang)**	11,2

Nr.	Bezeichnung	Wert
***	**EG IV: Rondatsprünge mit einfachem Salto und Drehungen**	
401	Yurchenko geh. m. 1/1 Dr.	4,8
402	Yurchenko geh. m. 3/2 Dr.	5,6
403	Yurchenko geh. m. 2/1 Dr.	6,4
404	Yurchenko gestr. m. 1/1 Dr.	7,2
405	Yurchenko gestr. m. 3/2 Dr.	8,0
406	Yurchenko gestr. m. 2/1 Dr.	8,8
407	Yurchenko gestr. m. 5/2 Dr. **(Shewfelt)**	9,6
408	Yurchenko gestr. m. 3/1 Dr. **(Shirai - KIM Hee Hoon)**	10,4
409	Yurchenko gestr. m. 7/2 Dr. **(Shirai 2)**	11,2
413	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. geh. m. 1/2 Dr.	5,2
414	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. geb. m. 1/2 Dr. **(Nemov)**	6,0
415	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 1/2 Dr. **(Hutcheon)**	7,6
416	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 1/1 Dr.	8,4
417	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 3/2 Dr.	9,2
419	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 2/1 Dr.	10,0
420	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. gestr. m. 5/2 Dr. **(Li Xiao Peng)**	10,8
***	**EG V: Rondatsprünge mit oder ohne Salto und alle Doppelsalto vw. u. rw.**	
501	Rondat u. Überschlag rw.	2,4
502	Rondat u. Überschlag rw. m. 1/2 Dr	2,8
503	Rondat u. Überschlag rw. m. 1/1 Dr.	3,2
507	Rondat u. Überschlag rw. u. Salto rw. geh. **(Yurchenko)**	3,6
508	Yurchenko geh. m. 1/2 Dr.	4,0
509	Yurchenko geb.	4,0
510	Yurchenko gestr.	5,6
511	Yurchenko gestr. m. 1/2 Dr.	6,4
513	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw.	2,8
514	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. m. 1/2 Dr.	3,2
515	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. m. 1/1 Dr.	3,6
516	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. geh.	4,4
517	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. geb.	5,2
518	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Salto vw. gestr.	6,8
519	Yurchenko u. Salto rw. geh (Melissanidis)	9,6
520	Melissanidis geb. (Yang Wei)	10,4
521	Rondat, 1/2 Dr. u. Überschlag vw. u. Doppelsalto vw. geh.	10,0

8.7 Bewertung der P-Übungen Sprung nach Kürwertung

8.7.1 P5 - Sprung

Gerät: Sprungtisch (oder Bock, Sprungbrett min. 0,5 m Abstand), Gerätehöhe: 1,10 m

Ausschreibung	Teil-Nr.	D-Wert
Sprunghocke	T01	0,4

8.7.2 P6 - Sprung

Gerät: Sprungbrett, Sprungtisch, Gerätehöhe: 1,10 m

Ausschreibung	Teil-Nr.	D-Wert
Sprungbücke	T03	1,2
Handstütz-Sprungüberschlag	T04	2,4

8.7.3 P7 - Sprung

Gerät: Sprungbrett, Sprungtisch, Gerätehöhe: 1,35 m

Ausschreibung	Teil-Nr.	D-Wert
Handstütz-Sprungüberschlag	201	2,4
Radwende in den Stand (Rondat)	301	2,4

8.7.4 P8 - Sprung

Gerät: Sprungbrett, Sprungtisch Gerätehöhe: 1,35 m

Ausschreibung	Teil	D-Wert
Handstütz-Sprungüberschlag gebückt in den Stand (Yamashita)	201	2,4
Handstütz-Sprungüberschlag mit 1/2 LAD in der 2. Flugphase in den Stand	202	2,8

8.7.5 P9 - Sprung

Gerät: Sprungbrett, Sprungtisch Gerätehöhe: 1,35 m

Ausschreibung	Teil	D-Wert
Handstütz-Sprungüberschlag gestr. mit 1/1 LAD in der 2. Flugphase.	203	3,2
Handstütz-Sprungüberschlag geb. Mit 1/2 LAD in der 2. Flugphase	202	2,8

9 Barren

9.1 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.

9.2 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.

<u>Nationale Regelung:</u>

a) Es sind mehr als 3 Halten > 1 Sek. erlaubt.

b) Eine beabsichtigter Halt muss mindestens 2s 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 E-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 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.
- Saltos und Abgänge aus dem Querhang an einem Holm
- für Jugendliche: Saltos zum Oberarmhang oder zum Beugestütz

f) Eine Stemme vorwärts muss so ausgeführt werden, dass der Rücken mindestens waagerecht (parallel zu den Holmen) ist.

9.3 Information zur D-Wertung

1. Elementgruppen:
   - I Elemente die im Oberarmstütz beginnen
   - II Elemente im Stütz oder durch den Stütz auf beiden Holmen
   - III Schwungelemente durch den Hang an einem Holm oder zwei Holmen und Unterschwünge
   - IV Abgänge

2. Schwierigkeiten:

   a) Bei Elementen mit Drehungen werden die Drehungen nur als Teil des Elements anerkannt, wenn sie vor dem Erreichen der Handstandposition geturnt werden.

   b) 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.

   c) Außer anders beschrieben haben Elemente in einer ungewöhnlichen Griffposition den gleichen Wert und die gleiche Identifikationsnummer wie Elemente aus oder in normaler Griffposition.

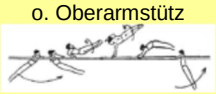
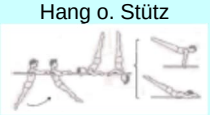
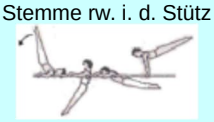
9.4 Zusätzliche Informationen und Regeln

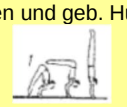
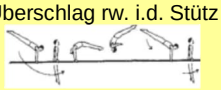
Viele Elemente führen in den Handstand auf einem Holm oder beiden Holmen. Diese Handstände müssen nicht gestanden sein, aber so überzeugend ausgeführt werden, dass der/die Kampfrichter/in davon ausgehen kann, dass der Turner den Handstand hätte stehen können, wenn er gewollt hätte.

9.5 E-Abzugstabelle

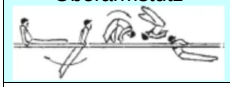
Fehler	leicht 0,10 P.	mittel 0,30 P.	schwer 0,50 P.
einbeiniger Absprung oder Anschwingen zum Angang		X	
unkontrollierte Handstandposition auf einem Holm oder beiden Holmen	X		
Vorelement			X
Gehen oder Handkorrektur im Handstand (jedesmal)	X		
Stemme vw. nicht waagrecht.	bis 45°	>45°	
zu wenig Streckung beim Wiederfassen nach Saltos oder unkontrolliertes Wiederfassennach Saltos	X	X	
Anschlagen am Gerät		X	X

9.6 Elementetabelle

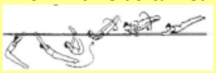
Barren **TE = 0,1**	**E** **G** **A**	**NE = 0,3**	**A-Teile =** **0,5**	**B-Teile =** **0,7**	**C-Teile =** **0,9**
[I-T01] Beugestütz-schwingen vw/rw mit 1/2 Dr. i.d. Stütz 	**EG II: Elemente die im Oberarmstütz beginnen**	**[I-N01]** Oberarmstand (2s) oder Schulterstand (2s) (in LK 4 zwei Elemente; I-N01a und I-N01b) 	**[I-001]** Stemme vw. i.d. Stütz	**[I-002]** Stemme vw. u. Rückgr. i.d. Hdst.	**[I-003]** Stemme vw. u. Rückgrätschen i. d. Hang **(Muntean)**
[I-T02] Stemme vw. m. 1 /2 Dreh, i. d. Stütz o. Oberarmstütz 			**[I-007]** Stemme vw. m 1/4 Dr. i. d. Hang a. 1 Holm	**[I-008]** Rolle rw. m. 1/2 Dr. o. Stemme vw. mit Kato Sprung i. d. St. **(Watanabe)**	
		[I-N03] Rolle rw. i.d. den Hang o. Stütz 		**[I-014]** Rolle rw. m. gestr. Armen i. d. Hdst.	**[I-015]** Stemme vw. m. 1⁄4 Dr. i. d. Handstand seitwärts a. 1 Holm **(Kovtun)**
				[I-020] Rolle rw. m. Übergrätschen i. d. Oberarmhang.	**[I-021]** Rolle rw. m. Übergrätschen i. d. Stütz
				[I-038] Stemme rw. i. d. Hdst. (a. m. 1/2 Dr.)	**[I-039]** Stemme rw. m. gespr. 1/2 Dr. i. d. Hdst.
[I-T06] Stemme rw. i. d. Grätschwinkelstütz 		**[I-N06]** Stemme rw. i. d. Stütz 		**[I-044]** Stemme rw. m. 1/2 Dr. u. Rückgr. i. d. Oberarmhang	**[I-045]** Stemme rw. m. 1/2 Dr. u. Rückgrätschen i.d. Stütz
		[I-N07] Oberarmkippe (auch in den Grätschsitz oder Außenquersitz in der LK 4) 		**[I-050]** Stemme rw. m. 1/2 Dr. i. d. Stütz	**[I-051]** Stemme rw. m. 5/4 Salto vw. geh., geb. i. d. Oberarmhang **(Yamawaki)**
			[I-061] Schwungstemme rw. u. Vorgr. o. Vorflanken i.d. Stütz m. geb. Armen	**[I-062]** Stemme rw. u. Vorgrätschen o. Vorflanken zum Stütz m. gestr. Armen	

Barren	**Übersicht der A-, B- und C-Teile des CdP 2022, 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**
[II-T01] Außenquersitz	**EG I: Elemente im Sütz o. d. d. Stütz auf beiden Holmen**	**[II-N01]** Stützkehre vw. i. d. Stütz 	**[II-001]** Alle Handstände a. 1 o. 2 Holmen (2s)	**[II-002]** A. d. Beugestütz, Stemme vw. u. 1/2 Dreh. gespr. i. d. Stütz **(Kato)**	**[II-003]** Stützkehre vw. i.d. Hdst. (auch a. 1 Holm)
[II-T02] Grätschsitz (2s)			**[II-007]** Alle Winkelstütze a. 1 o. 2 Holmen (2s)	**[II-008]** Jedes Heben mit geb. Armen u. gestr. Hüften o. gestr. Armen u. geb. Hüften i.d.Handstand (2s), auch gegr. A.1 o. 2 Holmen	**[II-009]** Diamidov mit 1/2 Dreh. auf die Oberarme **(Salazar)**
[II-T03] Aus dem Grätschssitz o. Oberarmstand Rolle z. Grätschsitz			**[II-013]** Rückgrätschen in den Stütz	**[II-014]** Rückgrätschen i. d. Hdst.	**[II-009]** A. d. Beugest., Vorschw. m. Rückgr. direkt z. Hang **(Babos)**
[II-T04] Vorgrätschen am Barrenende i. d. Stütz 			**[II-019]** Vorgrätschen i. d. Stütz o Winkelst. (2s)		**[II-027]** Vorschwung m. 1/1 Dr. a. 1 Arm i. d. Hdst. **(Diamidov)**
[II-T05] Heben i. d. Hdst. m. geb. Armen und geb. Hüften 				**[II-032]** Vorschwung m. 1/1 Dreh. i.d. Oberarmhang **(Carminucci)**	**[II-033]** 3/4 Diamidov u. 3/4 Healy **(Makuts)** i. d. Oberarmhang o. 3/4 Diamidov u. 1/4 Healy i. d. St.
[II-T06] Heben der Beine über den Spitzwinkelstütz (45° über waagrecht)				**[II-038]** Vorschw. i. d. Hdst., Umspr. i. d. St. **(Carballo)**	**[II-039]** Salto rw. i. d. Hdst. (auch a. 1 Holm)
[II-T07] Überschlag rw. i.d. Stütz 		**[II-N07]** Ellenbogen-Stützwaage (2 Sek)			**[II-045]** Salto. rw. m. 1/2 Dr. i. d. Oberarmhang **(Toumilovich)**
[II-T08] Stützwaage gegr. / geschl. (2 Sek) 				**[II-056]** Hdst. m. 1/4 Dr. u. Abschw. m. 1/4 Dr. i. d. Stütz	**[II-057]** Hdst. m. 3/4 Dr. u. Abschw. m. 1/4 Dr. i. d. Stütz **(Brändström)**

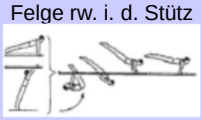
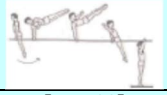
Rote Schrift: Teil unter 18 Jahren nicht zugelassen

Barren **TE = 0,1**	**E G A**	**NE = 0,3**	**A-Teile = 0,5**	**B-Teile = 0,7**	**C-Teile = 0,9**
	EG II: Elemente im Sütz o. d. d. Stütz auf beiden Holmen	**[II-N09]** Tschechenkehre Tschechenwende o. Drehwende, auch als Angang		**[II-062]** Stützkehre rw. i.d. Stütz	**[II-063]** Stützkehre rw. d. d. Handst. i.d.Stütz **(Novikov)**
[II-T10] Stützkehre rw. i. d. Oberarmstütz, Stützkehre mind. waagerecht					**[II-069]** Stützkehre rw. m. Rückgr. i.d. Stütz
			[II-073] Healy i. d. Oberarmhang auch a. d. Handstand a. 1 Holm	**[II-074]** A.d. Hdst a. 1 Holm, (nach Schwungelem. min B) Healy i.d. Oberarmhang	**[II-075]** Healy zum Stütz (auch a.d. Handstand a. 1 Holm
[II-T12] Rückschwung min. waagrecht					**[II-081]** Rückschw. m gespr. 1/2 Dr. i. d. Hdst..
[II-T13] Rückschwung Handstand				**[II-086]** A.d. Hdst. a. 1 Holm ½ o. ¾ Drh. z. Hdst.	
			[II-091] Alle Handstände m. 1/2 Dreh. vw. o. rw. (auch m. 2s)	**[II-092]** Alle 1/1 Dreh. i.d.Hdst. auf 2 Holmen	
					[II-099] A.d. Hdst., Salto vw. i.d. Stütz **(Carballo 2)** o. a.d. Hdst. m. gedr. Griff, Einkugeln i.d. Stütz
		[II-N16] Salto vw. i.d. Oberarmstütz 		**[II-104]** 5/4 Salto vw. geh. o. geb. i. d. Oberarmhang	**[II-0105]** Salto vw. i. d. Stütz
					[II-111] 5/4 Salto vw. geb. z. Langhang **(Juarez 2)**
					[II-117] 5/4 Salto vw. gestr. i. d. Oberarmhang
		[II-N19] Kreisflanke			
		[II-N20] Taucherrolle (Nur LK 4)			

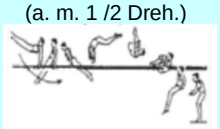
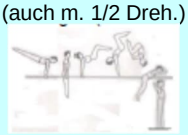
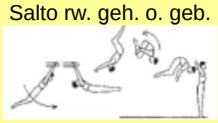
Rote Schrift: Teil unter 18 Jahren nicht zugelassen

Barren **TE = 0,1**	**E** **G** **A**	**NE = 0,3**	**A-Teile =** **0,5**	**B-Teile =** **0,7**	**C-Teile =** **0,9**
	EG III: Schwungelemente durch den Hang an 1 oder 2 Holmen				**[III-003]** Vorschw. i. Langh. m. Rückgrät. u. Wiederfassen m. gestr. Körper i.d. Horizontale i.d. Beugestütz o. Oberarmhang **(Alsadi)**
				[III-008] Moy geb. m. Rückgrätschen u. 1/2 Dr. i. d. Oberarmhang (a. m. geschl. Beinen)	**[III-009]** Moy geb. m. 1/1 Dr. i. d. Oberarmhang **(Nolet)**
		[III-N03] Moy geh. o. geb. i. d. Oberarmhang 		**[III-014]** Moy m. geb. Beinen i. d. St. (auch ohne Grifflösen)	**[III-015]** Moy m. gestr. Beinen i. d. St. (auch ohne Grifflösen) **[Moy]**
[III-T04] Riesenfelgumschwung i.d. Stütz 					**[III-021]** Riesenfelge rw. i.d. Hdst. **(Kenmotsu)** a.m. Ausschultern **(Wells)** (auch m. 1/4 o. 1/2 Dr.)
				[III-038] Abschwingen m. Salto rw. gestr. i. d. Hang	**[III-039]** Riesenumschw. rw. m. 1/2 Dr. i.d. Oberarmhang **(Gushiken)**
				[III-050] Riesenumschw. rw. m. Vorgr. i. d. Oberarmhang	
					[III-069] Riesenumschw. rw. u. Salto m. 1/2 Dr. i. d. Hang a. Holmenende **(Chartrand)**
[III-T08] Schwebekippe m. 1/2 Dreh. i. d. Oberarmst. 			**[III-073]** Schwebekippe i.d. Stütz	**[III-074]** Schwebekippe m. 1/2 Dr. i. d. Stütz	**[III-075]** Schwebekippe rw. i. d. Hdst.
[III-T09] Kippe a. d. Strecksturzh. a. Barrenende i.d. St. 		**[III-N09]** Fallkippe i.d. Stütz 		**[III-080]** Schwebekippe z. Rückgrätschen i. d. Hdst. a. 1 o. 2 Holmen	**[III-081]** Schwebekippe mit Rückgrätschen zum Langhang **(Okubo)**
				[III-086] Schwebekkippe a. 1 Holm d. d. Grätschwinkelstütz. i. d. Hdst.	**[III-087]** Schwebek a. 1 Holm d. d. Winkelst. i. d. Hdst.
				[III-092] Schwebekkippe a. 1 Holm d.d. Spitz-winkelst. u. gesprung. m. 1/2 Dreh. z. a. Holm **(Li Donghua)**	

Rote Schrift: Teil unter 18 Jahren nicht zugelassen

Barren **TE =0,1**	**E G A**	**NE = 0,3**	**A-Teile = 0,5**	**B-Teile = 0,7**	**C-Teile = 0,9**
	EG III: Schwungelemente durch den Hang an 1 oder 2 Holmen		**[III-097]** Schwabenkippe i.d. Oberarmhang.	**[III-098]** Schwabenkippe i. d. Stütz	**[III-099]** Felge m. 1/2 Dr. i. d. Oberarmhang
				[III-104] Schwabenkippe. m. 1/2 Dr. i. d. Oberarmhang	**[III-105]** Schwabenkippe m. 1/2 Dr. i. d. Stütz
					[III-111] Schwabenkippe m. Rückgr. i. d. Hdst. **(Arican)**
		[III-N15] Felgumschwung rw. i. d. Oberarmh.	**[III-115]** Felge m. Wandern i. d. Hang	**[III-116]** Felge rw. i. d. Stütz 	**[III-117]** Felge m. Vorgrätschen i. d. Stütz
				[III-122] Felge m. Salto rw. geh. u. ½ Dr. z. Oberarmhang **(Gagnon)**	**[III-123]** Felge m. Salto rw. gestr. u. ½ Dr. z. Oberarmhang **(Gagnon 2)**
			[III-127] Felge vw. i. d. Stütz	**[III-128]** Felge vw. m. 1/2 Dr. i.d. Stütz	
	EG IV: Abgänge	**[IV-N01]** Fechterflanke o. Fechterkehre a.d. Außenquersitz (nur LK 4)			
[IV-T02] Wende min. 45°		**[IV-N02]** Wende m. 1/2 Dr. (Wendekehre) 			
[IV-T03] Kehre		**[IV-N03]** Drehwende o. Drehkehre geh., geb., gestr.			
[IV-T04] Kehre mit 1/4 Drehung einwärts		**[IV-N04]** Kehre m. 1/2 Dr. (Kehrwende)			

Rote Schrift: Teil unter 18 Jahren nicht zugelassen

Barren **TE =0,1**	**E G A**	**NE = 0,3**	**A-Teile = 0,5**	**B-Teile = 0,7**	**C-Teile = 0,9**
	Elementgruppe IV: Abgänge	**[IV-N05]** Holländer o. Abgrätsch./ -hocken 			
		[IV-N06] Hdst. auf 1 Holm, Abgrätsch./ -hocken 			
		[IV-N07] Salto vw. geh. (a. m. 1 /2 Dreh.) 	**[IV-001]** Salto vw. geb. o. gestr. auch m. 1/2 Dr.		
				[IV-008] Salto vw. geb. o. gestr. m.1/1 Dr.	**[IV-009]** Salto vw. geb. o. gestr. m. 3/2 Dr.
					[IV-015] Doppelsalto vw. geh. v. Holmenende
		[IV-N09] Salto rw. geh. (auch m. 1/2 Dreh.) 	**[IV-019]** Salto rw. geb. o. gestr. auch m. 1/2 Dr.		**[IV-021]** Salto rw. geb. o. gestr. m. 1/1 o. 3/2 Dr.
				[IV-032] Doppelsalto rw.geh. v. Holmenende	**[IV-033]** Doppelsalto rw. geh.
[IV-T11] a. d. Hang am Holmende Salto rw. geh. o. geb. 			**[IV-043]** A. d. Hang a. Holmenende, Salto rw. gestr.		**[IV-045]** A. d. Hang am Holmenende Doppelsalto rw. geh.

9.7 Bewertung der P-Übungen Barren nach Kürwertung

9.7.1 P5 - Barren

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Sprung in den Stütz, Vorschwung (über Holmhöhe), Rückschwung, Vorschwung mit Grätschen der Beine, Auffedern auf die Holme, sofortiges Einschwingen vorwärts,	VE-01 VE-04 VE-06 VE-05	-	-				
(2) Rückschwung, Vorschwung, langsames Senken in den **Grätschsitz** (2 Sek.),	II-T02	**TE** 2	0,1				
(3) Rolle vorwärts in den Grätschsitz	II-T03	**TE** 3	0,1				
(4) Heben und Schließen der Beine in den **Winkelstütz (2 Sek)** Rückschwung, Vorschwung	II-007	**A** 1	0,5			II	0,5
(5) Rückschwung (45° über Waagerechte), Vorschwung	II-T12 VE-04	**TE** 4	0,1				
(6) Rückschwung (45° über Waagerechte}, **Wende** in den Außenquerstand seitlings	IV-T02	**TE** 5	0,1				

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	-	-		-	
TE	4	4	0,4	4	0,4
Elementgruppen	1	1	0,5	1	0,5
D-Wert		5	**1,4**	5	**1,4**

Fehlende Teile		2		3	
E-Startwert			**7,0**		**7,0**

9.7.2 P6 - Barren

Gerätehöhe:1,70 m

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Sprung in den Oberarmstütz, **Stemmaufschwung vorwärts in den Stütz**	VE-02 I-001	**A** 1	0,5			I	0,5
(2) Rückschwung, Vorschwung, Grätschen der Beine, langsames Senken in den **Grätschsitz** (2 Sek.)	VE-06 VE04 II-T02	**TE** 4	0,1				
(3) Heben in den **Oberarmstand** (2 Sek.)	I-N01	**NE** 3	0,3			I	Wh
(4) Abrollen in den Grätschsitz	II-T03	**TE** 5	0,1				
(5) Heben und schließen der Beine in den **Winkelstütz** (2 Sek.)	II-007	**A** 2	0,5			II	0,5
(6) Rückschwung, Vorschwung, **Rückschwung (45° über Waagerechte)**, Vorschwung	II-T12	**TE** 6	0,1				
(7) Rückschwung (45° über Waagerechte) **Wende** in den Außenquerstand	IV-T02	**TE** 7	0,1				

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	1	1	0,3	1	0,3
TE	4	4	0,4	4	0,4
Elementgruppen	2	2	1,0	2	1,0
D-Wert		7	**2,7**	7	**2,7**

Fehlende Teile		-		1	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

9.7.3 P7 - Barren

Gerätehöhe: 1,80 m

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Sprung in den Oberarmhang: **Stemmaufschwung vorwärts** in den Stütz, Rückschwung	VE-02 I-001	**A** 1	0,5			I	0,5
(2) Vorschwung in den **Winkelstütz** – 2s –	II-007	**A** 2	0,5			II	0,5
(3) Anheben der Beine, **Rückschwung** (über waagrecht), Vorschwung	I-T12	**TE** 6	0,1				
(4) Rückschwung in den Oberarmstand, Abrollen, Rückschwung im Oberarmstütz	I-N01 VE-07	**NE** 3	0,3			I	Wh
(5) Stemmaufschwung rückwärts	I-N06	**NE** 4	0,3			I	Wh
(6) Vorschwung, Rücksenken auf die Oberarme**, Oberarm-Kippe**	I-N07	**NE** 5	0,3			II	Wh
(7) Rückschwung, Vorschwung, **Rückschwung (45° über Waagerechte)**	I-T12	**TE**	Wh				
(8) Rückschwung (handstandnah),	I-T13	**TE 7**	0,1				
Wende in den Außenquerstand (beidhändiger Stütz auf einem Holm)	IV-T02	**TE** 8	0,1				

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	3	0,9	2	0,9
TE	5	3	0,3	4	0,3
Elementgruppen	2	2	1,0	2	1,0
D-Wert		8	**3,2**	8	**3,2**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

9.7.4 P8 - Barren

Gerätehöhe: 1,80 m

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Sprung in Oberarmstütz, **Stemmaufschwung vorwärts** in den Stütz,	VE-02 I-001	**A** 2	0,5			I	0,5
(2) Rückschwung in den Oberarmstand (2s), Abrollen in den Oberarmstütz	I-N01 VE-07	**NE** 5	0,1			I	Wh
(3) Rückschwung, Ablegen in den Ellhang, Vorschweben (Beine in Vorhalte), **Kippaufschwung** in den	III-073	**A** 3	0,5			III	0,5
Winkelstütz (2 Sek)	II-007	**A** 4	0,5			II	0,5
(4) Heben der Beine **über den Spitzwinkelstütz** (45°über Waagerechte)	I-T06	**TE** 7	0,1				
(5) Rückschwung (45° über Waagerechte)	I-T12	**TE** 8	0,1				
(6) Vorschwung, **Rückschwung in den Handstand**	VE-04 II-T13	**TE** 9	0,1				
(7) Vorschwung, Senken in den Oberarmstütz, **Oberarm-Kippe**,	VE-04 I-N07	**NE** 6	0,3			I	Wh
(8) Rückschwung (45° über Waagerechte), **Dreh-Wende** (gehockt, gebückt oder gestreckt) in den Außenquerstand	IV-N03			**NE** 1	0,3	IV	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	2	2	0,6	2	0,6
TE	3	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	4	4	2,0	4	2,0
D-Wert		9	**4,7**	9	**4,7**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

9.7.5 P9 - Barren

Gerätehöhe: 1,80 m

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Sprung in den Ellhang: Vorschwung, **Kippaufschwung** in den Stütz	VE-03 III-073	**A** 3	0,5			III	0,5
(2) Rückschwung (45° über waagrecht), Vorschwung	I-T12 VE-04	**TE** 7	0,1				
(3) Rückschwung in den Handstand	II-T13	**TE** 8	0,1				
(4) Senken **Felgabschwung in den Oberarmstütz**; *(=Schwabenkippe in den Oberarmhang*)	III-097	**A** 4	0,5			III	Wh
(5) Stemmaufschwung rückwärts in den Stütz	I-N06	**NE** 6	0,3			I	0,5
(6) Vorschwung in den **Winkelstütz** (2 Sek.)	VE-04 II-007	**A** 5	0,5			II	0,5
(7) Heben in den Handstand mit gestreckten Armen und gebeugter Hüfte (Schweizer Handstand) (2 Sek.)	II-008	**B** 2	0,7			II	Wh
(8) Vorschwung, **Salto rückwärts gehockt** in den Außenquerstand seitlings	IV-N09			**NE** 1	0,3	IV	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	3	3	1,5	3	1,5
NE	1	1	0,3	1	0,3
TE	2	2	0,2	2	0,2
Elementgruppen	Alle	4	2,0	4	2,0
D-Wert		8	**5,0**	8	**5,0**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

10 Reck

10.1 Beschreibung der Reckübung

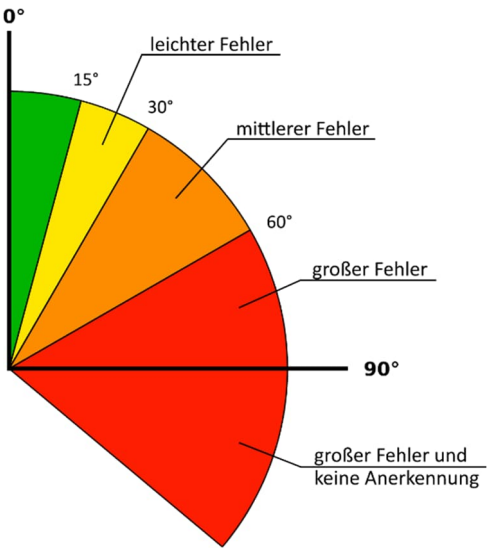
- Reckhöhe: von der Mattenoberkante aus 2,60 m.
- Die Reckübung muss dynamisch präsentiert werden
- Sie darf nur aus der Verbindung von Schwung- und Flugelementen und Drehungen bestehen.
- Es müssen stangennahe Elemente geturnt werden.
- Die Vielfalt der Griffe muss ausgenutzt werden.

10.2 Übungsausführung

1. Der Turner darf aus dem Stand mit geschlossenen Beinen mit oder ohne Unterstützung des Trainers in den ruhigen Hang oder leichten Schwung oder aus einem kurzen Anlauf heraus, mit guter Haltung, an die Reckstange springen. Die Bewertung beginnt in dem Moment, indem der Turner den Boden verlässt. Ein Anschwingen, bestehend aus maximal drei Schwüngen, ist erlaubt, um die Übung ohne Abzug zu beginnen. Zusätzliche Schwünge führen zu einem Abzug von 0,3.

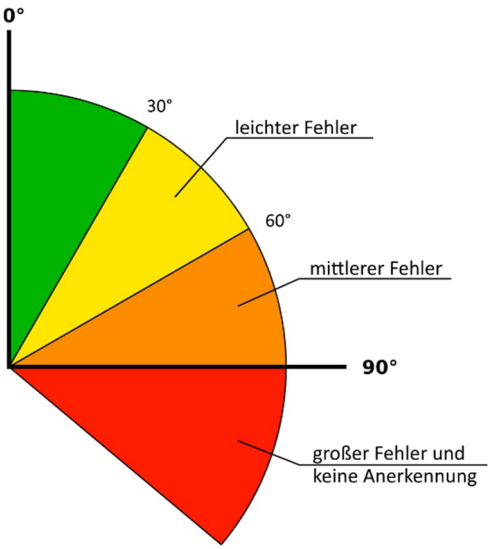
2. Andere Anforderungen an die Ausführung und den Aufbau sind:
   a) Die Übung muss ausschließlich aus Schwungelementen ohne Halt oder Pause bestehen.
   b) Bei Adler, Stalder ½ Drehung etc. werden Abweichungen von der vorgeschriebenen Körperposition wie folgt gewertet:

Fehler	Winkelabweichung
leichter Fehler	>15° - 30°
mittlerer Fehler	>30° - 60°
großer Fehler	>60° - 90°
großer Fehler und keine Anerkennung	> 90°



c) Bei Drehungen in den gemischten oder doppelten Ellgriff, Quast, gesprungenen Riesen etc., werden Abweichungen von der vorgeschriebenen Körperposition wie folgt gewertet:

Fehler	Winkelabweichung
leichter Fehler	>30° - 60°
mittlerer Fehler	>60° - 90°
großer Fehler und keine Anerkennung	> 90°



d) Flugelemente müssen einen deutlichen Höhenanstieg des Körperschwerpunktes aufweisen.

Nationale Regelung

e) Rückschwünge, die nicht direkt zu einem Element führen sondern nur die Schwungrichtung umkehren oder in einer niedrigeren Hangposition enden, werden nicht wie Fehler in der Übungszusammenstellung bewertet. Die Schwungamplitude beim Rückschwung (hoher Rückschwung) unterliegt der Bewertung des E-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.

10.3 Information zur D-Wertung

1. Elementgruppen:
   - I Langhangschwünge mit und ohne Drehung
   - II Flugelemente
   - III stangennahe und Adler-Elemente
   - IV Abgänge
2. 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.

d) Andere als in der Schwierigkeitstabelle aufgeführte Elemente mit Füßen auf der Stange sind 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 III.
- Abgänge aus dem Ellgriff zählen zur Elementgruppe IV;

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.

3. 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 Anforderung an die Amplitude erfüllt wird.

4. Flugelemente oder Abgänge aus dem Ellgriff oder dem Hang rücklings haben den gleichen Wert wie Elemente aus normalem Griff.

5. Maximal zwei Adlerschwünge sind gestattet - nur das höherwertige der beiden Adler-Elemente wird gezählt.

10.4 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 Zwiegriff Endo mit Griffwechsel und 1/2 Drehung = B+A,
- aus dem beidhändigen Kammgriff Endo mit 1/1 Drehung in den Ellgriff = D,
- aus dem Zwiegriff Endo mit Griffwechsel und 1/1 Drehung in den Ellgriff = B+C,
- aus dem Ellgriff Umspringen oder Umspringen mit 1/2 Drehung = B,
- 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.

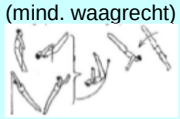
10.5 E-Abzugstabelle

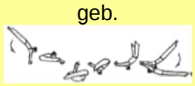
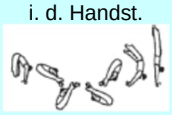
Fehler	leicht -0,10	mittel -0,30	schwer -0,50	schwer -0,50 + keine Anerkennung
Beine nicht geschlossen oder schlechte Haltung beim Sprung oder Heben ans Gerät		X		
zu wenig Schwung oder Pause im Handstand oder anderswo	X	X		
geringe Flughöhe	X	X		
Abweichung aus der Bewegungsrichtung	< 15°	> 15°		
nicht erlaubtes Element mit Stangenkontakt der Füße		X		
gebeugte Arme beim Wiederfassen nach Flugelement	X	X		
gebeugte Knie bei der Schwungvorbereitung	X jedesmal	X jedesmal		
Abweichung von der Handstandposition bei Adler, Stalder, Endo, ½ Drehungen etc.	>15° - 30°	>30° - 60°	>60° - 90°	> 90°
Abweichung von der Handstandposition bei Zwie- oder Ellgriff, Quast, gespr. Riesen	>30° - 60°	>60°- 90°		> 90°
Wenn ein Element nicht in die geplante Richtung weitergeturnt wird				X
Jedes Flugelement mit Salto über die Stange ohne einen anschließenden Riesenumschwung		X		
Winkelabweichung vom Handstand beim Einsteigen von Endo, Stalder und Weiler		X		
zusätzliche Schwünge zu Beginn der Übung (außer P-Übung)		X		

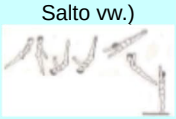
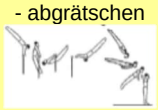
10.6 Elementetabelle

Reck	**Übersicht der A-, B- und C-Teile des CdP 2022, der Nationalen und der Turnerischen Elemente** (Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit und z.T. umgangssprachlich)				
TE = 0,1	**EGA**	**NE = 0,3**	**A-Teile = 0,5**	**B-Teile = 0,7**	**C-Teile = 0,9**
[I-T01] Sprung in den Kipp- oder Winkelhang	**EG I: Langhangschwünge mit und ohne Drehung**	**[I-N01]** Stemme i. d. Stütz, a. m. Umspringen	**[I-001]** Stemme rw. i.d. Hdst.	**[I-002]** Stemme rw. i. d. Hdst. m. 1/1 Dr., auch z. Zwiegr.	
			[I-007] Stemme rw. i. d. Hdst. m. 1/2 Dr.	**[I-008]** Rückschw. u. Pirouette i. d. Hang	**[I-009]** Rückschw. u. Pirouette i. d. Stütz
[I-T03] Rückschwung im Stütz min. 45°über waagrecht			**[I-013]** Riesenumschw. vw.	**[I-014]** Riesenumschw. vw. m. 1/1 Dr. i. d. Zwiegriff	**[I-015]** Riesenumschw. vw. m. 1/1 Dr. i. d. beidarmigen Ellgr.
[I-T04] Rückschwung im Langhang min. waagrecht			**[I-019]** Riesenumschw. vw. m. 1/2 Dr. d. d. Hdst.	**[I-020]** Riesenumschw. vw. gespr. (auch mit 1/2 Dr.)	**[I-021]** Riesenumschw. vw. gespr. m. 1/1 Dr.
				[I-026] einarm. Riesenumschw. vw. i. Kammgriff (360°)	**[I-027]** Einarmiger Riesenumschw. vw. m 1/1 Dr. i. d. Ellgr. u. 1/1 Dr. i. d. Kgr. **(Zou Li Min)**
			[I-031] Riesenumschw. rw.	**[I-032]** einarm. Riesenum-schw. rw (360°)	
[I-T07] Vorschwung, 1/2 LAD m. Umgreifen z. Ristgriff		**[I-N07]** gesprungene Pendeldrehung	**[I-037]** Riesenumschw. rw. m. 1/2 Dr. (offene Drehung)		
[I-T08] Umgreifen vom Kamm- oder Ristgriff zum Zwiegriff oder umgekehrt			**[I-043]** Riesenumschw. rw. gespr. i. d. Kgr.	**[I-044]** Riesenumschw. rw. gespr.	**[I-045]** Riesenumschw. rw. m. 1/1 Dr. gespr. **(Quast)**
		[I-N09] Umspr. a. d. Rück- o. Vorschwung		**[I-050]** Riesenumschw. rw. gespr. m. 1/2 Dr. i. d. Ellgr.	**[I-051]** Riesenumschw. rw. gespr. m. 3/2 Dr. i. d. Kgr. o. Mix-Ellgriff.
				[I-056] Riesenumschw. rw. m. 1/2 Dr. i. d. Ellgr.	
				[I-062] Riesenumschw. rw. gespr. i. d. Ellgr.	
				[I-068] Riesenumschwung m. Ellgr.	**[I-069]** Riesenumschwung rl. vw. (Russenriesen)
				[I-074] Steinemann-Stemme m. 1/2 Dr. i. d. Stütz **(Ono)**	**[I-075]** Riesenumschwung m. Ellgr. u. 1/1 Dr. i. d. Handstand m. Zwiegr.

Reck **TE = 0,1**	**E** **G** **A**	**NE = 0,3**	**A-Teile =** **0,5**	**B-Teile =** **0,7**	**C-Teile =** **0,9**
	EG II: Flugelemente			**[II-002]** Stemme rw. u. Vorgrätschen i.d. Hang rl.	**[II-003]** Stemme rw. u. Hecht gegr. m 1/2 Dr. i. d. H. **(Markelov)** auch m. 1⁄2 Dr. **(Principi)**
					[II-009] Markelov gestr., **(Yamawaki)** auch m. 1⁄2 Dr. **(Muñoz - Pozzo)**
					[II-009] Vorschwung u. Kontergr. o. Konter i. d. Hang **(Tkatchev)** auch mit 1/2 Dr. **(Lynch)**
					[II-021] Vorschwung u. Konterbücke i. d. Hang. auch m. ½ Dr. **(Samiloglu)**
				[II-026] Stemme rw. u. Bücke gespr. m. 1/2 Dr. i. d. Hang **(Voronin)**	
		[II-N06] Kippaufschwung, Überkehren i.d. Hang 		**[II-032]** Stemme rw. u. Kehre gespr. m. 1/4 Dr. i.d. Hang (Überkehren)	
					[II-039] Rückschw. u. Salto vw. geh., geb. o. gegr. i. d. Hang (auch a. d. Ellgriff). **(Jäger)**
					[II-051] a. d. Tschechen-riesenumschw. vw., Rückgrätschen i.d. Hang
					[II-057] Vorschw. u. Salto rw. gegr. m. 1/2 Dr. i. d. Hang **(Deltchev)**

Reck **TE = 0,1**	**E** **G** **A**	**NE = 0,3**	**A-Teile =** **0,5**	**B-Teile =** **0,7**	**C-Teile =** **0,9**
	EG III: Stangennahe und Adler-Elemente	**[III-N01]** Langhangkippe i. d. Stütz 	**[III-001]** Hang- o. Fallkippe d. d. Hdst., auch a.d. Zwiegriff		
		[III-N04] Fallkippe i. d. Stütz 			
				[III-008] A. d. Hdst., Felge vw. d. d. Hdst. **(Weiler)**	
		[III-N05] freie Felge (mind. waagrecht) 	**[III-013]** a. d. Hang o. Stütz, freie Felge d.d. Hdst.		
[III-T06] Hüftaufzug		**[III-N06]** Hüftumschw. rw. m. geschl. o. gespr. Beinen 			
		[III-N07] Hüftmschw. vw. m. geschl. o. gespr. Beinen 	**[III-025]** a. d. Hang o. Stütz, freie Felge gespr. i. d. Hdst.		
[III-T08] Felgabschwung zum Langhang				**[III-032]** Grätschumschwung vw. d. d. Hdst. **(Endo)**	**[III-033]** Bückumschwung vw. d. d. Hdst. (Endo geb.)

Reck **TE = 0,1**	**E** **G** **A**	**NE = 0,3**	**A-Teile =** **0,5**	**B-Teile =** **0,7**	**C-Teile =** **0,9**
[III-T09] a.d. Stütz Rückschw. z. Hdst. mit 1/2 Dreh. 	**EG III: Stangenn. und Adler-Elemente**	**[III-N09]** Felgabschw. (frei, aufgegr. o. aufgeb.) m. 1 /2 Dr. z. Vorschw. 			
[III-T10] Freier Felgabsch. gegr., geb. 				**[III-038]** Grätschumschwung rw. d. d. Hdst. **(Stalder)**	
		[III-N11] Aufgr.-/ Aufb.-umschw i. d. Handst. 			**[III-045]** Bückumschwung rw. d. d. Hdst. **(Stalder)**
		[III-N12] Aufschw. / Riesenfelgaufschw. i.d. Stütz 		**[III-056]** Stalder gespr. d. d. Hdst.	**[III-057]** Stalder m. geschl. Beinen gespr. d. d. Hdst.
		[III-N13] Kippaufschwung rl., vw. o. rw. (auch gegr.) 			
					[III-063] Bückumschwung rl. vw. d. d. Hdst. **(Adler)**
		[III-N15] Vorschw. im Hang rl., 1/2 Dr. i.d. Hang o. St. 	**[III-079]** Überschlag rl. rw. i. d. Hang rl.	**[III-080]** a. d. Hang rl., Stemme vw i. d. Stütz rl. **(Steinemann)**	**[III-081]** Einbücken u. freier Überschlag rl. rw. i. d. Hang rl.
		[III-N16] Ellgriffstemme. i.d. Stütz 			**[III-087]** Steinemannstemme m. Rückbücken i. d. Hdst. **(Köste)**
				[III-092] Steinemannstemme, m. Rückfl. i. d. St. o Hang.	
					[III-093] Endo m. gegr. Beinen m. Ellgr. d. d. Hdst.
			[III-103] Bückumschwung vw. m. Rückgrätschen i.d. Hang o. i. d. Stütz	**[III-104]** Bückumschwung vw. m. Rückgrätschen d. d. Handstand	**[III-105]** Bückumschwung vw. m. Rückgrätschen m. 1/2 Dr. d. d. Handst. **(Carballo)**

Reck **TE = 0,1**	**E G A**	**NE = 0,3**	**A-Teile = 0,5**	**B-Teile = 0,7**	**C-Teile = 0,9**
	EG IV: Abgänge	**[IV-N01]** Salto vw. geh. (auch mit 1/2 Dreh.) 	**[IV-001]** Salto vw. geb. o. gestr. (auch m. 1/2 Dr.)	**[IV-002]** Salto vw. gestr. m. 1/1 o. 3/2 Dr.	**[IV-003]** Salto vw. m. 2/1 o. 5/2 Dr.
					[IV-009] Doppelsalto vw. geh. o geb., a. m. 1/2 Dr.
					[IV-021] Doppelsalto vw. geh. o. geb. ü. d. Stange, a. m. 1/2 Dr.
		[IV-N04] Salto rw. geh. (a. m. 1/2 Dreh.) 	**[IV-025]** Salto rw. geb. o. gestr. (auch m. 1/2 o. 1/1 Dr.)	**[IV-026]** Salto rw. gestr. m. 3/2 o. 2/1 Dr.	**[IV-027]** Salto rw. gestr. m. 5/2 o. 3/1 Dr.
				[IV-032] Doppelsalto rw. geh. o. geb.	**[IV-033]** Doppelsalto rw. geh. o. geb. m. 1/1 Dr. **(Tsukahara)**
		[IV-N06] Felgabschw. aufgegr., aufgeb. o. frei (a. m. 1/2 Dr.. o. m. Salto vw.) 			**[IV-039]** Doppelsalto rw. gestr.
				[IV-050] Doppelsalto rw. geh. ü. d. Stange	**[IV-051]** Doppelsalto rw. geh. m. 1/1 Dr. ü. d. Stange
[IV-T08] Felgabhechten, - abgrätschen 					**[IV-057]** Doppelsalto rw. gestr. ü. d. Stange
		[IV-N09] Hocke, Bücke oder Grätsche 	**[IV-061]** Hecht gegr., Hecht o. Hecht m. 1/2 Dr.	**[IV-062]** Hecht m. 1/1 o. 3/2 Dr.	

10.7 Bewertung der P-Übungen Reck nach Kürwertung

10.7.1 P5 - Reck

Geräthöhe: Schulterhoch

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Sprung in den Winkelhang: Vorschweben, Rückpendeln in den Stand	I-T01	**TE** 3	-				
(2) (Schritt rückwärts zur Ausgangsstellung) **Hüft-Aufschwung in den Stütz** mit beidbeinigem Absprung	III-T06	**TE** 4	0,1				
(3) Rückschwung min. waagrecht	VE-02	**VE**	-				
(4) Hüft-Umschwung rückwärts	III-N06	**NE** 2	0,3			III	0,5
(5) Felgabschwung (Unterschwung) in den Stand.	IV-N06			**NE** (IV-N06) 1	0,3	IV	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	1	1	0,3	1	0,3
TE	2	2	0,2	2	0,2
Elementgruppen	2	2	1,0	2	1,0
D-Wert		4	**1,8**	4	**1,8**
Fehlende Teile		2		3	
E-Startwert			**6,0**		**6,0**

10.7.2 P6 - Reck

Geräthöhe: 2,60 m

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang mit Ristgriff: **Feigabschwung** (Unterschwung) aus dem Kontern,	III-T08	**TE** 4	0,1				
Rückschwung (min. waagrecht)	I-T04	**TE** 5	0,1				
(2) Vorschwung, **Rückschwung** (min. waagrecht)	VE-01 I-T04	**TE**	Wh				
(3) Vorschwung **Kippaufschwung** vorlings vorwärts in den Stütz	VE-01 III-N01	**NE** 2	0,3			III	0,5
(4) Rückschwung im Stütz (45° über waagrecht)	I-T03	**TE** 6	0,1				
(5) Hüft-Umschwung rückwärts	III-N06	**NE** 3	0,3			III	Wh
(6) Felgabschwung (=Felgunterschwung) in den Stand	IV-N06			**NE** 1	0,3	IV	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	2	2	0,6	2	0,6
TE	4	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	2	2	1,0	2	1,0
D-Wert		6	**2,2**	6	**2,2**

Fehlende Teile		1		2	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

10.7.3 P7 - Reck

Geräthöhe: 260 cm

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang mit Kammgriff: **Felgabschwung** (Unterschwung) aus dem Kontern,	III-T08	**TE** 7	0,1				
Rückschwung mit Umspringen in den Ristgriff	I-N09	**NE** 2	0,3			I	0,5
(2) Vorschwung, **Rückschwung** (waagrecht)	I-T04	**TE** 8	0,1				
(3) Vorschwung, **Kippaufschwung vl. vw. in den Stütz**	VE-01 III-N01	**NE** 3	0,3			III	0,5
(4) Rückschwung, Ablegen in den Hang **Riesen-Aufschwung in den Stütz**	III-N12	**NE** 4	0,3			III	Wh
(5) Senken rückwärts in den Kipphang, **Kippaufschwung vl. vw. in den Stütz** (Rückfallkippe)	III-N04	**NE** 5	0,3			III	Wh
(6) Rückschwung im Stütz (mindestens 45° über waagrecht)	I-T03	**TE** 9	0,1				
Hüft-Umschwung rückwärts	III-N06	**NE** (III-N06) 6	0,3			III	Wh
(7) Felgabschwung (Unterschwung) **mit 1/2 LAD** in den Stand	IV-N06			**NE** (IV-N06) 1	0,3	IV	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	5	5	1,5	5	1,5
TE	3	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	3	3	1,5	3	1,5
D-Wert		9	**3,6**	9	**3,6**
Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

10.7.4 P8 - Reck

Geräthöhe: 260 cm

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Aus dem Hang mit Kammgriff: **Felgabschwung** (Unterschwung) aus dem Kontern,	III-T08	**TE** 7	0,1				
Rückschwung, **Umspringen in den Ristgriff**,	VE-02 I-N09	**NE** 2	0,3			I	0,5
(2) Vorschwung, **Rückschwung (Waagerechte)**	VE-01 I-T04	**TE** 8	0,1				
(3) Vorschwung **1/2 LAD mit Umgreifen in den Ristgriff**	VE-01 I-T07	**TE** 9	0,1				
(4) Vorschwung **Riesen-Aufschwung in den Stütz**	III-N12	**NE** 3	0,3			III	0,5
(5) Senken rückwärts in den Kipphang, **Kippaufschwung (Rückfallkippe) in den Stütz**	III-N04	**NE** 4	0,3			III	Wh
(6) Rückschwung **Felgabschwung (Unterschwung) in den Hang**	III-T08	**TE**	Wh				
Stemmaufschwung rückwärts in den Stütz	I-N01	**NE** 5	0,3			I	Wh
(7) Hüft-Umschwung rückwärts,	III-N06	**NE** 6	0,3			III	Wh
(8) Felgabschwung (Unterschwung) in den Hang,	III-T08	**TE** (III-T08)	Wh				
Rückschwung, Vorschwung, **Salto rückwärts gehockt**	IV-N04			**NE** (IV-N04) 1	0,3	IV	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	5	5	1,5	5	1,5
TE	5	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	3	3	1,5	3	1,5
D-Wert		9	**3,6**	9	**3,6**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**

10.7.5 P9 - Reck

Geräthöhe: 260 cm

Ausschreibung	Teile-Nr.	Teil	Wert	Abgang	Wert	Gruppe	Wert
(1) Sprung in den Hang mit Kammgriff: Konterschwung, **Felgabschwung** (=Felgunterschwung) und	III-T08	**TE** 7	0,1				
Stemmaufschwung rückwärts in den freien Stütz	I-N01	**NE** 4	0,3			I	0,5
(2) Felgumschwung (=freie Felge), (mindestens 45° über waagrecht)	III-N05	**NE** 2	0,3			III	0,5
(3) Vorschwung mit 1/2 LAD in den Ristgriff	I-T07	**TE** 8	0,1				
(4) Vorschwung **Riesenaufschwung in den Stütz**	III-N12	**NE** 5	0,3			III	Wh
(5) Senken rückwärts in den Kipphang **Fallkippe in den Stütz**	III-N04	**NE** 6	0,3			III	Wh
Rückschwung im Stütz min 45° über waagrecht	I-T03	**TE** 9	0,1				
(6) Riesenumschwung rw.	I-031	**A** 3	0,5			I	Wh
Riesenumschwung rw.	I-031	**A**	Wh			I	Wh
(7) Abschwingen in den Hang, **Salto rückwärts gestreckt** in den Stand	IV-025			A (IV-025) 1	0,5	IV	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	2	1	0,5	2	0,5
NE	3	4	1,2	3	1,2
TE	3	3	0,3	3	0,3
Elementgruppen	3	3	1,5	3	1,5
D-Wert		9	**4,0**	9	**4,0**

Fehlende Teile		-		-	
E-Startwert			**10,0**		**10,0**