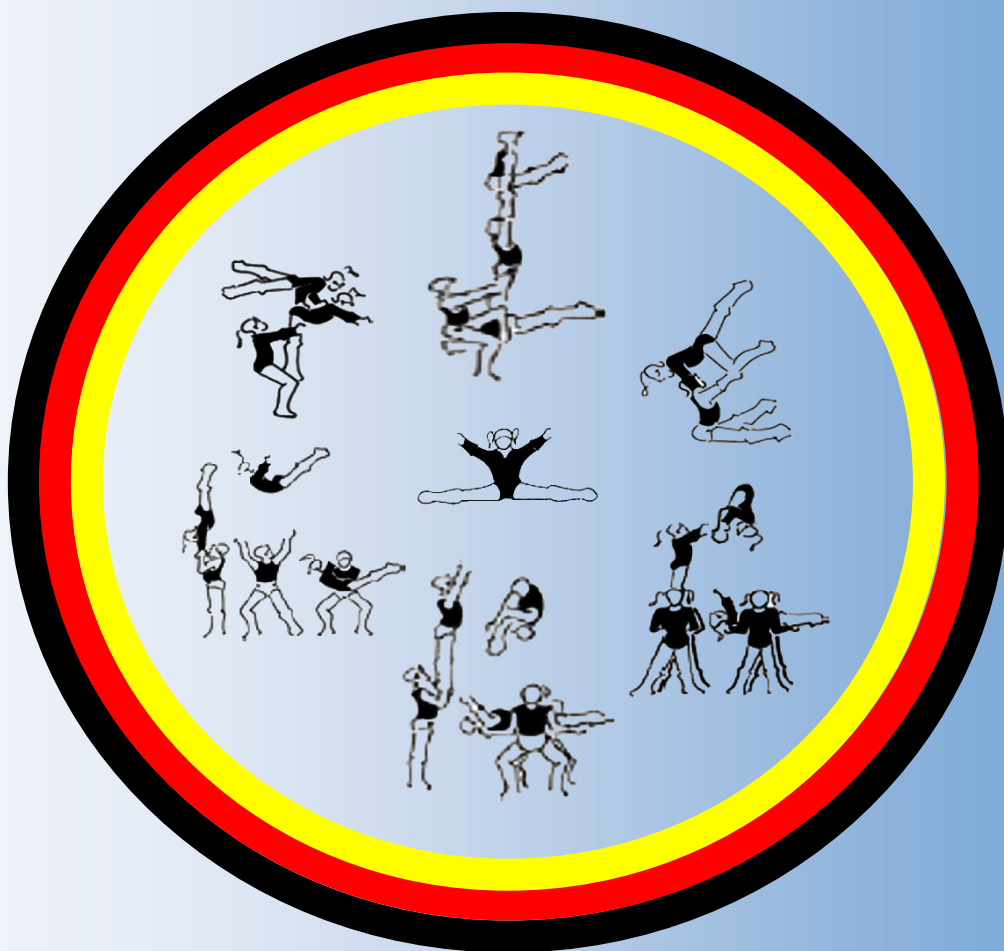


Programm Wettkampfklasse



Inhaltsverzeichnis:

Wettkampfbestimmungen	2
Absichten und Ziele.....	2
Disziplinen.....	2
Wettkämpfe.....	2
Altersbestimmungen	2
Wettkampfprogramm.....	2
Aufbau der Übungen.....	2
Bewertung.....	3
Startberechtigung	3
Anforderungen.....	4
Spezielle Anforderungen	4
Einschränkungen und Hinweise.....	5
Gleiche Elemente	7
Klarstellungen	9
Elementekatalog WKK 1.1 und WKK 1.2	11

Hinweis:

In diesem Programm wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit das generische Maskulinum verwendet. Weibliche und anderweitige Geschlechteridentitäten werden dabei ausdrücklich mitgemeint, soweit es für die Aussage erforderlich ist.

Wettkampfbestimmungen

WKK 1.1 und WKK 1.2		WKK 2
Absichten & Ziele		
Das Handbuch beabsichtigt die Inspiration und Ermutigung zur Weiterentwicklung aller Bereiche und Aspekte der Sportakrobatik in Zusammenarbeit mit den Mitgliedsverbänden des DSAB. Der „Code of Points Acrobatics“ der FIG, die Bestimmungen der „Age Group/Junior Rules“ der FIG und die Wettkampfordnung des DSAB gelten sinngemäß. Abweichungen hiervon für die Wettkampfklassen der Sportakrobatik im DSAB sind in diesem Programm beschrieben.		
Disziplinen		
W2 – Damenpaar MX – Mix-Paar M2 – Herrenpaar W3 – 3er Damengruppe M3 – 3er Herrengruppe M4 – 4er Herrengruppe		W2 – Damenpaar MX – Mix-Paar M2 – Herrenpaar W3 – 3er Damengruppe M4 – 4er Herrengruppe
Wettkämpfe		
- Einzelwettkämpfe: Einzelwertung je Disziplin und Altersklasse (WKK 1.1, WKK 1.2, WKK2) - Mannschaftswettkämpfe: Mannschaftswertung je Altersklasse (WKK 1.1, WKK 1.2, WKK2)		
Altersbestimmungen		
WKK 1.1: 6 Jahre bis einschließlich 13 Jahre WKK 1.2: 6 Jahre bis einschließlich 16 Jahre - Es gilt der Geburtsjahrgang. - Die Altersdifferenz zwischen dem jüngsten und dem ältesten Sportler darf max. acht Jahre betragen.		Mindestalter 8 Jahre - Es gilt der Geburtsjahrgang. - Die Altersdifferenz zwischen dem jüngsten und dem ältesten Sportler darf max. acht Jahre betragen. - Diese Regel entfällt, wenn der jüngste Sportler ein Alter von 13 Jahren erreicht hat.
Wettkampfprogramm		
Es wird nach speziellen Anforderungen eine kombinierte Übung gezeigt.		
Aufbau der Übungen		
- Alle Übungen setzen sich zusammen aus Paar- oder Gruppenelementen und individuellen Elementen. - Alle Balance-Elemente der Paare und Gruppen müssen für mindestens 3 Sekunden gehalten werden. - Tempo-Elemente bei Paaren und Gruppen müssen Flugphasen von Würfeln und Schleudern vor dem Fangen zeigen. Die Landung von Tempo-Elementen muss unterstützt werden.		

- Der Schwierigkeitswert von Balance-Elementen der Paare und Gruppen darf die doppelte Schwierigkeit der Tempo-Elemente und umgekehrt darf die Schwierigkeit der Tempo-Elemente die doppelte Schwierigkeit von Balance-Elementen nicht überschreiten. (Die Regel trifft nicht für die individuellen Elemente zu)
- Die erlaubte Zeit für die Übung beträgt maximal 2:30 min. Die Zeit beginnt mit dem ersten Ton der Musik.
- Alle Übungen müssen mit Musik geturnt werden. Musik mit Text ist erlaubt. Unangemessene Texte (d.h. sexuell, beleidigend, aggressiv ...) sind verboten.
- Die Übung muss auf einer 12x12 m Matte geturnt werden.
- Die Übungen beginnen mit einer statischen Position, werden durchgängig choreographisch gestaltet und enden in einer statischen Pose.

Bewertung

Die Bewertung erfolgt nach dem gültigen CoP und Age-Group Bestimmungen der FIG sowie der aktuellen WKO des DSAB.

Schwierigkeits-Note geturnte **Value /100**

+ Technik-Note max. = 20,0

+ Artistik-Note max. = 10,0

- Abzüge

Startberechtigung

- Aktive dürfen in max. 1 Disziplin starten (Ausnahme: für männliche Starter ist ein Doppelstart in einer anderen Disziplin erlaubt).
- Während eines laufenden Wettkampfsjahres ist der Aufstieg in eine höhere Leistungsklasse möglich.

- Regelungen für einen Rückstart:

- Der Rückstart einer kompletten Formation aus der Vollklasse in die WKK 1 ist nicht möglich.
- Der Wechsel zwischen KFL und der WKK 1 ist jederzeit möglich, jedoch nicht während des gleichen Wettkampfes und nur einmal im Jahr.
- Ausnahmen für einen Wechsel gelten:
 - bei Positionswechsel oder
 - bei Partnerwechsel, wenn ein neuer Partner noch nicht in der Vollklasse gestartet ist.

- Regelungen für einen Rückstart:

- Ein Rückstart einer kompletten Formation im Wettkampfsjahr aus der Vollklasse ist nur einmal im Jahr in die WKK 2 möglich.
- Der Wechsel zwischen KFL und der WKK 2 ist jederzeit möglich, jedoch nicht während des gleichen Wettkampfes und nur einmal im Jahr.
- Ausnahmen für einen Wechsel gelten:
 - bei Positionswechsel oder
 - bei Partnerwechsel, wenn ein neuer Partner noch nicht in der Vollklasse gestartet ist.
- Eine komplette Formation, welche im Wettkampfsjahr bereits in der Vollklasse bei einer Meisterschaft gestartet ist, ist nicht für die Deutsche Bestenermittlung startberechtigt.

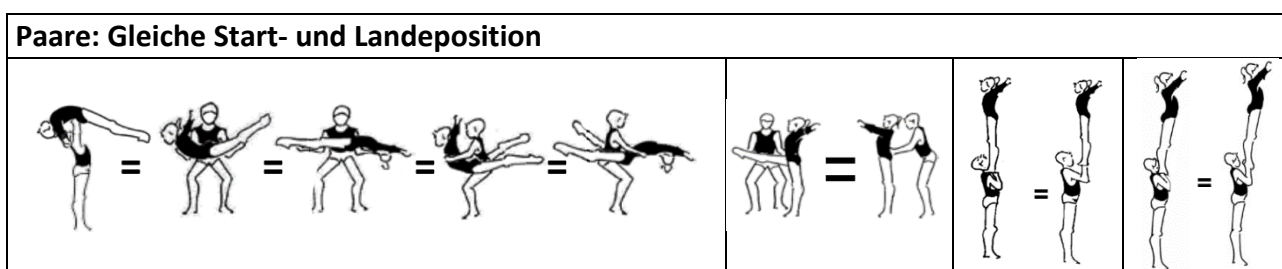
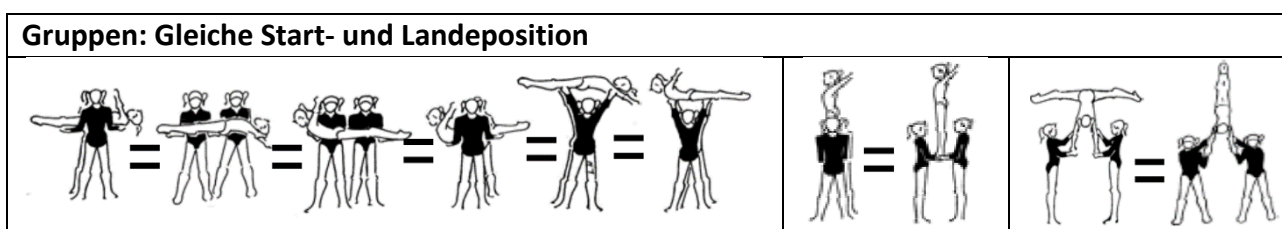
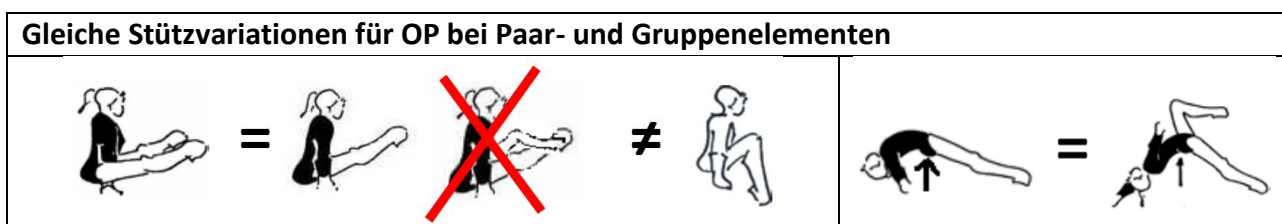
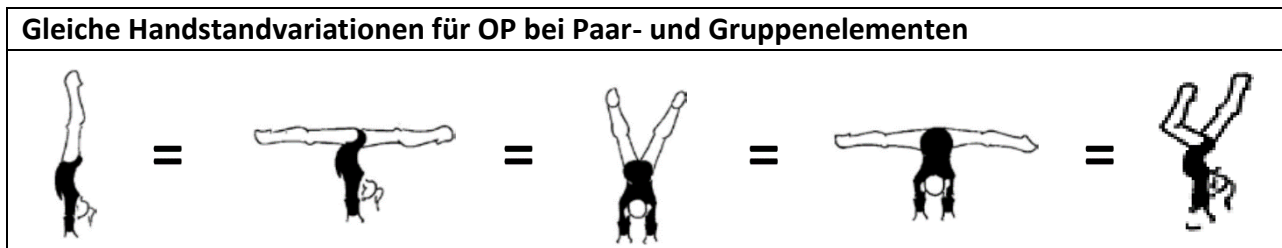
Anforderungen	
Es wird nach dem Katalog der WKK 1 geturnt. - 1 Element Balance Kat. 1 - 1 Element Balance Kat. 2 - 1 Element Balance Kat. 3 - 3 Elemente Tempo - 1 Element Individuell Balance (Kat. 1) - 1 Element Individuell Tumbling (Kat 2) - Übergangspyramiden sind erlaubt	Es wird nach dem ToD geturnt. - 3 Elemente Balance (jeweils max. 18 V). Dabei ist die Definition „Was ist ein Element?“ zu beachten (siehe CoP, Appendix 2, Seiten 47/48) - 3 Elemente Tempo (jeweils max. 12 V) - 1 Element Individuell Balance (Static, Flex, Agility) - 1 Element Individuell Tumbling - Basis-Verwandlungen (Transition) und Übergangspyramiden sind erlaubt
- Diese 8 Elemente ergeben die Grundanforderung. - Davon muss mindestens ein Element (Tempo) gefangen sein. - Max. 2 Absprünge werden für die Schwierigkeit bewertet. - Max. 8 Paar- und Gruppenelemente werden für die Schwierigkeit bewertet. - Max. 3 individuelle Elemente pro Partner werden für die Schwierigkeit bewertet. - Bei zusätzlich geturnten Elementen erfolgt ein Abzug von 1,0 Punkten. - "Bewegungen" (Motionen) zählen nicht als separates Paar- oder Gruppenelement - Jedes fehlende Element und andere spezielle Anforderungen werden mit einem Abzug von jeweils 1,0 Punkten bestraft.	
Spezielle Anforderungen	
- Individuell: • Alle Partner müssen die gleiche Anzahl von individuellen Elementen (IE) zeigen. Diese müssen gleichzeitig oder in unmittelbarer Folge (ohne choreografische Unterbrechung oder Elemente, „Wasserfall“) geturnt werden. • Sie müssen aus der gleichen Kategorie (entweder Kat 1 oder Kat 2) sein, können aber verschiedene Werte haben. • Bei der Value- Berechnung wird der Mittelwert aus allen gezeichneten Elementen ermittelt. • Alle individuellen Elemente-Balance mit geforderter Haltezeit von 2 Sekunden sind mit 2" gekennzeichnet. Bei allen anderen individuellen Elementen-Balance des Typs "Flexibility" ist eine Haltezeit von 2 Sekunden gemäß ToD/ CoP nicht gefordert.	- Individuell: • Alle Partner müssen die gleiche Anzahl von individuellen Elementen (IE) zeigen. Diese müssen gleichzeitig oder in unmittelbarer Folge (ohne choreografische Unterbrechung oder Elemente, „Wasserfall“) geturnt werden. • Die beiden Pflichtelemente müssen jeweils aus der gleichen Kategorie sein (siehe Anforderungen)), können aber verschiedene Werte haben. • Das frei wählbare Element muss nicht aus der gleichen Kategorie sein. • Bei der Value- Berechnung wird der Mittelwert aus allen gezeichneten Elementen ermittelt. • Alle individuellen Elemente-Balance mit geforderter Haltezeit von 2 Sekunden sind mit 2" gekennzeichnet.

• Ein individueller Salto ist nur in der WKK 1.2 erlaubt. - Paar- und Gruppen- Elemente • Max. 3 identische Start- bzw. Endpositionen bei Tempo-Elementen werden für die Schwierigkeit berechnet. (Beachte "Gleiche Elemente", S. 8). • Max. 5 Landungen von Tempoelementen auf den Boden (Absprünge + Dyn. Elemente) werden für die Schwierigkeit angerechnet. • Elemente, die nicht im WKK-Katalog stehen und gezeigt werden, werden gestrichen und mit jeweils einer Strafe von 1,0 Punkten geahndet.	• Bei allen anderen individuellen Elementen-Balance des Typs "Flexibility" ist eine Haltezeit von 2 Sekunden gemäß ToD/ CoP nicht gefordert. - Paar- und Gruppen- Elemente • Max. 3 identische Start- bzw. Endpositionen bei Tempo-Elementen werden für die Schwierigkeit berechnet. (Beachte ToD, General Rules, S. 7 bis 16). • Max. 5 Landungen von Tempoelementen auf den Boden (Absprünge + Dyn. Elemente) werden für die Schwierigkeit angerechnet. • Ein freier Handstand durch den OP ist nicht gefordert. • Verbotene Elemente sowie Zusatzvalue siehe ToD General Rules, S. 7 bis 16
Einschränkungen und Hinweise	
- Allgemein • Wenn Ober- und Mittelpartner die gleiche Position zur gleichen Zeit zeigen, zählt sie als EIN Element. Wenn aber Ober- und Mittelpartner die gleiche Position zu verschiedenen Zeiten turnen, dann sind das ZWEI Elemente. • Elemente, die gegenüber der Abbildung in den Tabellen mit nur geringfügigen stilistischen Variationen (z.B. Armhaltung) ausgeführt werden, werden nicht als neue Elemente betrachtet.	
- Paare • Der OP kann Schwierigkeitspunkte für die gleiche Position (z.B. Stütz auf 2 Händen) während der Übung erhalten: ▪ zweimal für statischen Halt, ▪ zweimal für Bewegung. • Der UP darf die gleiche Bewegung in einer Übung unabhängig von der Position des Oberpartners nicht wiederholen.	
• Handstand / Stütz- Variation für OP siehe Tabelle "gleiche Elemente" S. 8 • die Zusatzelemente für M2 (Männerpaare) sind ausschließlich nur für diese Disziplin. Bei Verwendung in anderen Disziplinen erfolgt ein Abzug von 1,0 Punkten für "verbotene Elemente". • Bei Tempo-Element 173 kann die Landung durch den UP nicht gesichert werden, es erfolgt KEIN Abzug.	• Handstand / Stütz- Variation für OP siehe ToD General Rules, S. 7 bis 16

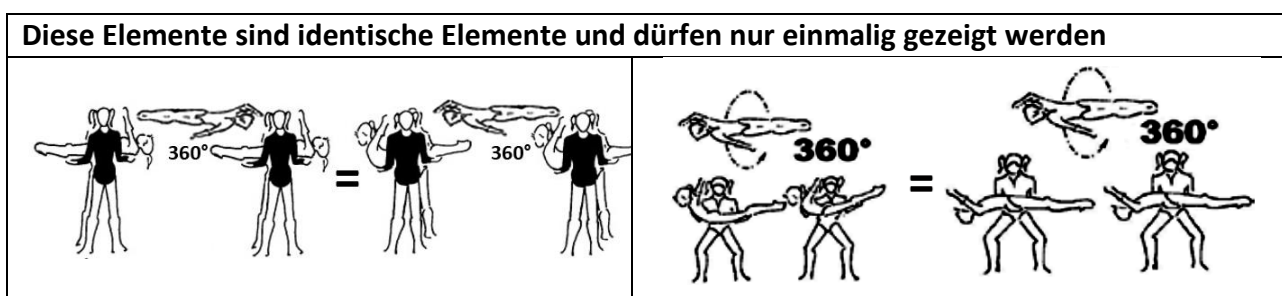
• Bewegungen (Motion) des UP von UNTEN nach OBEN sind verboten und werden mit einer Strafe von 1,0 Punkten geahndet.	
- 3er – Gruppen • Der OP kann Schwierigkeitspunkte für die gleiche Position (z.B. Stütz auf 2 Händen) während der Übung erhalten für: ▪ zweimal für statischen Halt, ▪ zweimal während der Veränderung des MP oder UP.	
• Für identische Start- und Fangpositionen siehe Tabelle "Gleiche Elemente". • Die Zusatzelemente für M3 (Männergruppen) sind ausschließlich nur für diese Disziplin. Bei Verwendung in anderen Disziplinen erfolgt ein Abzug von 1,0 Punkten für "Verbotene Elemente" • Für Handstand / Stütz- Variationen siehe Tabelle "Gleiche Elemente"	• Für identische Start- und Fangpositionen siehe ToD General Rules, S. 7 bis 16. • Für Handstand / Stütz- Variationen siehe ToD General Rules, S. 7 bis 16. • Es müssen mindestens 3 mal 3“ statischer Halt geturnt werden. • Diese können in einer einzelnen Pyramide mittels Motion oder Transitions (Kästchenwechsel) geturnt werden. Wenn mehrere Pyramiden aufgebaut werden, müssen diese aus verschiedenen Kategorien sein (Ausnahme: Transitions, siehe auch CoP S. 22) • Eine Transition in der Kategorie 1 darf nur einmal geturnt werden. • Maximal 4 verschiedene Pyramiden dürfen aufgebaut werden.
- 4er – Gruppen • Der OP kann Schwierigkeitspunkte für die gleiche Position (z.B. Stütz auf 2 Händen) während der Übung erhalten für: ▪ zweimal für statischen Halt; ▪ zweimal während der Veränderung des MP oder UP. • Für identische Start- und Fangposition siehe Tabelle "Gleiche Elemente" • Für Handstand / Stütz- Variationen siehe Tabelle "Gleiche Elemente".	- 4er – Gruppen • Es gelten die Regeln für 3er-Gruppen • Ausnahme Balance: ▪ Die Beschränkung bei Transitions-pyramiden der Kategorie 1 entfällt. • Zusätzliche Regelungen Tempo: ▪ Ein Element mit Partnerwechsel während der Flugphase gilt nicht als identisches Element wie das gleiche Element ohne Partnerwechsel. ▪ Es darf jeweils einmal ein Element von einem Partner unterstützt geworfen oder gefangen werden. ▪ Es darf nur einmal horizontal gefangen werden (unabhängig von der Variante).

• Nur je 1 Balance- und 1 Tempo-Element, welches von der Männergruppe, die paarweise arbeitet, gleichzeitig oder in unmittelbarer Abfolge ausgeführt wird, kann für die Schwierigkeit berechnet werden. Es gibt keinen Schwierigkeitswert für jegliche andere Paarelemente.	▪ Einmal kann gleichzeitig durch zwei Paare ein Paarelement geturnt werden. Der Schwierigkeitswert der Paarelemente wird addiert und durch zwei geteilt (Die Werte sind den Paar-Schwierigkeitstabellen zu entnehmen). ▪ Nur 1 Element kann von 3 aktiven Partnern ausgeführt werden, ohne dass der vierte Partner teilnimmt.
---	---

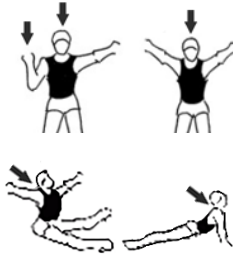
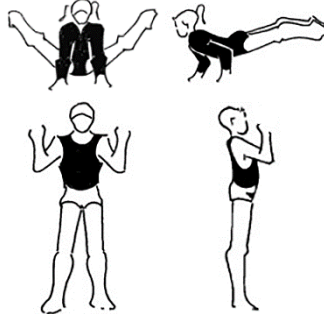
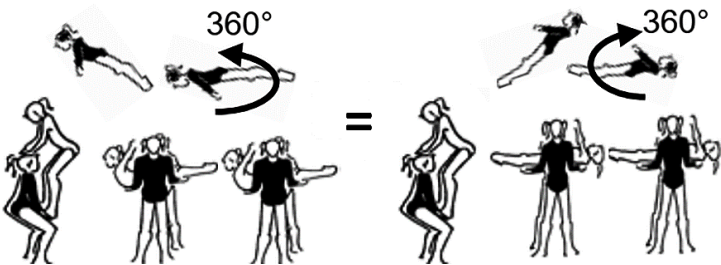
Gleiche Elemente

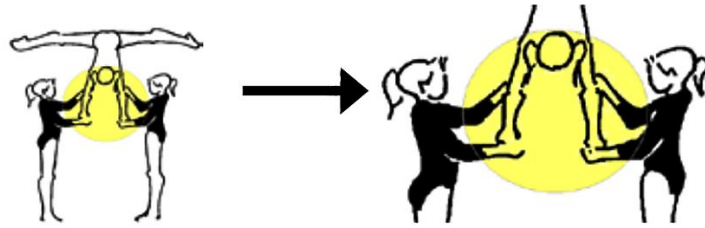


Beispiele:



Klarstellungen

Verbotene Elemente und Positionen			
Herrenpaare und Herrengruppen: Der OP darf nicht breitbeinig auf den Hüften der Basis gefangen werden.	Bsp.: 	Damenpaare und Damengruppen: Der OP darf nicht auf der Rückseite des Halses (Nacken) oder auf dem Kopf arbeiten.	Bsp.: 
Sitzen mit gespreizten Beinen auf der Schulter des Partners darf in keiner Übung gezeigt werden	Bsp.: 	Stütz, Krokodil- und Weit-Arm-Elemente können nicht auf kurzen (gebeugten) Armen der Basis ausgeführt werden.	Bsp.: 
Beispiele für erlaubte Motion			
			
Klarstellung zu Element Nr. 434			
			Dieses Element muss als LINK ausgeführt werden, die Fangposition zählt nur ein mal . Wird dieses Element gezeigt kann das Element Nr. 414 nicht mehr genutzt werden.
Ausführungsvorschriften			



Ein breitbeiniges Fangen auf den Hüften der Basis darf nur mit geraden Beinen durchgeführt werden.

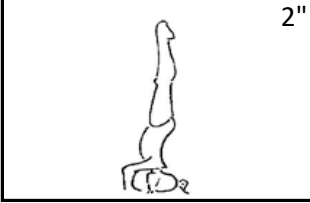
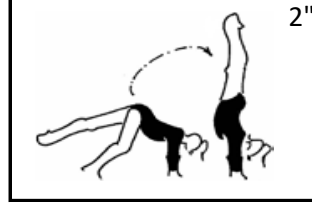
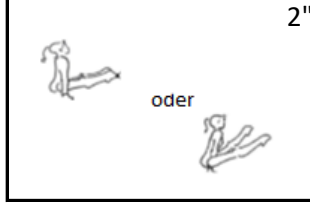
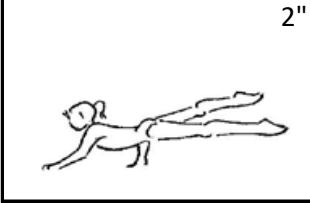
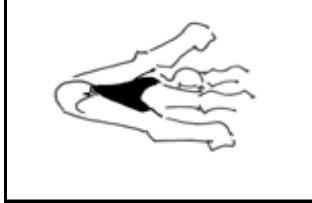
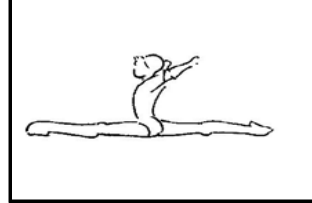
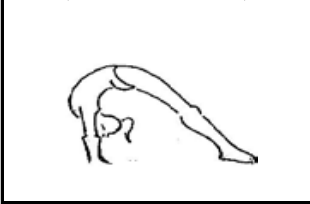
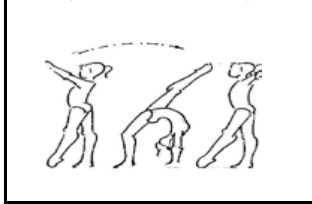
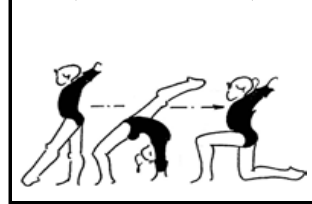
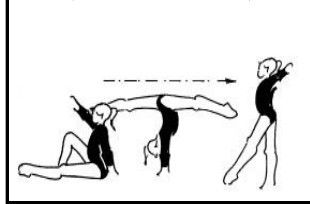
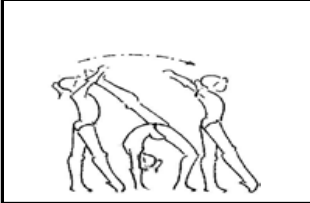
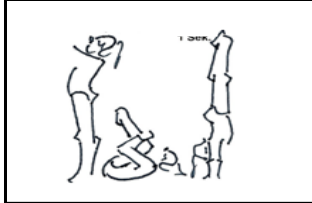
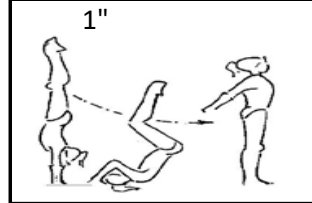
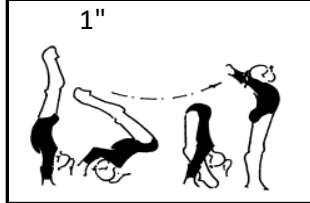
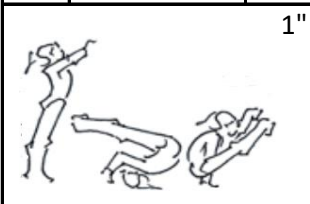
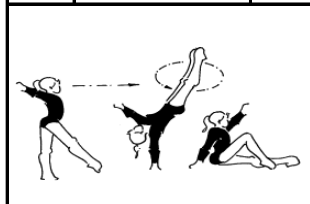


Diese Fangpositionen sind in den Herrendisziplinen M2, M3 und M4 **verboten**.



Disziplin: Individuell -

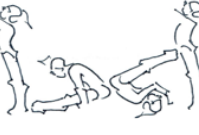
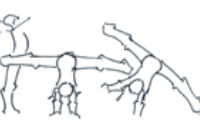
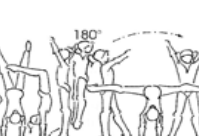
Kategorie 1

Static holds			Static holds			Static holds			Static holds		
K1	Nr. 001	1 V	K1	Nr. 002	2 V	K1	Nr. 003	4 V	K1	Nr. 004	2 V
											
2"			2"			2"			2"		
Static holds			Static holds			Static holds			Static holds		
K1	Nr. 005	2 V	K1	Nr. 006	3 V	K1	Nr. 007	4 V	K1	Nr. 008	3 V
											
2"			2"			2"			2"		
Static holds			Flexibilities			Flexibilities			Flexibilities		
K1	Nr. 009	3 V	K1	Nr. 010	1 V	K1	Nr. 011	2 V	K1	Nr. 012	3 V
											
2"											
Flexibilities			Flexibilities			Flexibilities			Flexibilities		
K1	Nr. 013	2 V	K1	Nr. 014	3 V	K1	Nr. 015	3 V	K1	Nr. 016	4 V
											
Flexibilities			Agilities			Agilities			Agilities		
K1	Nr. 017	4 V	K1	Nr. 018	4 V	K1	Nr. 019	3 V	K1	Nr. 020	4 V
											
						1"			1"		
Agilities			Agilities			Agilities			Agilities		
K1	Nr. 021	4 V	K1	Nr. 022	4 V	K1	Nr. 023	4 V	K1	Nr. 024	4 V
											
1"			1"								



Disziplin: Individuell -

Kategorie 2

K2	Nr. 025	1 V	K2	Nr. 026	2 V	K2	Nr. 027	3 V	K2	Nr. 028	1 V
											
K2	Nr. 029	2 V	K2	Nr. 030	1 V	K2	Nr. 031	2 V	K2	Nr. 032	3 V
									 oder		
K2	Nr. 033	2 V	K2	Nr. 034	7 V	K2	Nr. 035	2 V	K2	Nr. 036	7 V
											
K2	Nr. 037	2 V	K2	Nr. 038	3 V	K2	Nr. 039	4 V	K2	Nr. 040	4 V
 Rondat			 180°			 180°			 180°		
K2	Nr. 041	4 V	K2	Nr. 042	8 V	K2	Nr. 043	8 V	K2	Nr. 044	4 V
 Rondat Rondat			 Rondat Flick-Flack			 nur WKK 1.2			 oder		
K2	Nr. 045	5 V	K2	Nr. 046	5 V	K2	Nr. 047	5 V	K2	Nr. 048	8 V
			 Überschlag - Rad			 Überschlag - Rondat			 nur WKK 1.2		



Disziplin: Paare W2, MX, M2

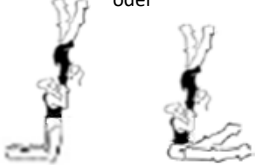
Balance - Bewegungen/Motion

Nr. 049	1 V	Nr. 050	1 V	Nr. 051	1 V	Nr. 052	1 V
							
Nr. 053		Nr. 054		Nr. 055		Nr. 056	
Nr. 057		Nr. 058		Nr. 059		Nr. 060	
Nr. 061		Nr. 062		Nr. 063		Nr. 064	
Nr. 065		Nr. 068		Nr. 069		Nr. 070	
Nr. 071		Nr. 072		Nr. 073		Nr. 074	



Disziplin: Paare W2, MX, M2

Balance - Kat. 1

K1	Nr. 075	2 V	K1	Nr. 076	3 V	K1	Nr. 077	3 V	K1	Nr. 078	2 V
oder											
K1	Nr. 079	2 V	K1	Nr. 080	3 V	K1	Nr. 081	6 V	K1	Nr. 082	3 V
											
K1	Nr. 083	7 V	K1	Nr. 084	5 V	K1	Nr. 085	4 V	K1	Nr. 086	6 V
						Halt auf Knoten 			beide Hände 		
K1	Nr. 087	2 V	K1	Nr. 088	6 V	K1	Nr. 089	2 V	K1	Nr. 090	3 V
OP 						Hände auf Boden OP 					
K1	Nr. 091	3 V	K1	Nr. 092	4 V	K1	Nr. 093	3 V	K1	Nr. 094	4 V
									Kniestand Po oben oder 		
K1	Nr. 095	4 V	K1	Nr. 096	7 V	K1	Nr. 097	3 V	K1	Nr. 098	6 V
oder 			oder 						OP 		



Disziplin: Paare W2, MX, M2

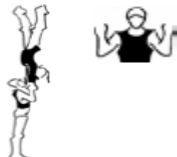
Balance - Kat. 2

K2	Nr. 099	2 V	K2	Nr. 100	2 V	K2	Nr. 101	2 V	K2	Nr. 102	3 V
											
K2	Nr. 103	3 V	K2	Nr. 104	4 V	K2	Nr. 105	4 V	K2	Nr. 106	3 V
											
K2	Nr. 107	2 V	K2	Nr. 108	4 V	K2	Nr. 109	1 V	K2	Nr. 110	3 V
											
K2	Nr. 111	5 V	K2	Nr. 112	3 V	K2	Nr. 113	3 V	K2	Nr. 114	5 V
											
K2	Nr. 115	4 V	K2	Nr. 116	4 V	K2	Nr. 117	5 V	K2	Nr. 118	6 V
											
K2	Nr. 119	8 V	K2	Nr. 120	3 V	K2	Nr. 121	4 V	K2	Nr. 122	
											



Disziplin: Paare W2, MX, M2

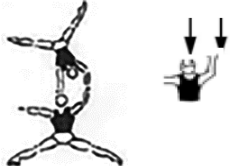
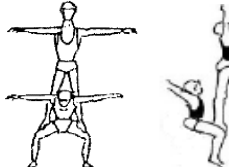
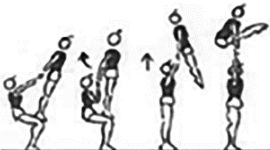
Balance - Kat. 3

K3	Nr. 123	1 V	K3	Nr. 124	2 V	K3	Nr. 125	3 V	K3	Nr. 126	5 V
											
K3	Nr. 127	2 V	K3	Nr. 128	4 V	K3	Nr. 129	3 V	K3	Nr. 130	3 V
Stehen auf Händen 											
K3	Nr. 131	2 V	K3	Nr. 132	3 V	K3	Nr. 133	5 V	K3	Nr. 134	6 V
						OP Stand auf Schulter 					
K3	Nr. 135	4 V	K3	Nr. 136	3 V	K3	Nr. 137	4 V	K3	Nr. 138	5 V
eingehakt 											
K3	Nr. 139	4 V	K3	Nr. 140	4 V	K3	Nr. 141	5 V	K3	Nr. 142	
											
K3	Nr. 143		K3	Nr. 144		K3	Nr. 145		K3	Nr. 146	



Disziplin: Paare männlich M2

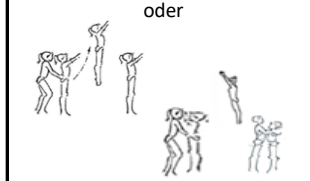
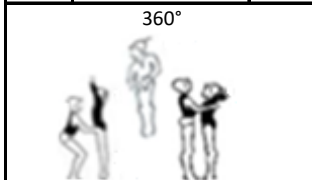
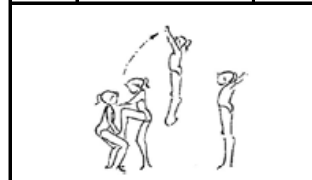
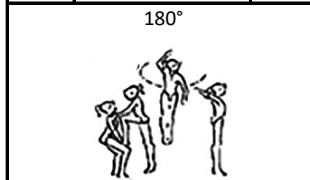
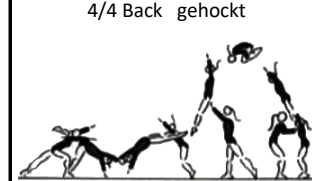
Balance - Zusatzelemente

K1	Nr. 147	3 V	
K1	Nr. 148	4 V	
K1	Nr. 149	5 V	
K1	Nr. 150	6 V	
K1	Nr. 151	9 V	
K1	Nr. 152	6 V	
K1	Nr. 153		
K1	Nr. 154		
K2	Nr. 155	1 V	
K2	Nr. 156	2 V	
K2	Nr. 157	5 V	
K2	Nr. 158	5 V	
K2	Nr. 159	7 V	mit Gesicht zum Partner 
K2	Nr. 160	7 V	mit Gesicht zum Boden 
K2	Nr. 161	5 V	
K2	Nr. 162	9 V	
K3	Nr. 163	4 V	
K3	Nr. 164	5 V	
K3	Nr. 165	8 V	
K3	Nr. 166	4 V	
K3	Nr. 167	6 V	
K3	Nr. 168		
K3	Nr. 169		
K3	Nr. 170		



Disziplin: Paare W2, MX, M2

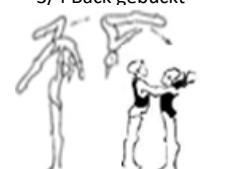
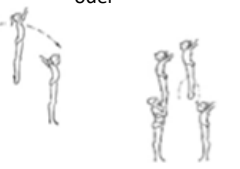
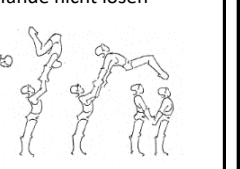
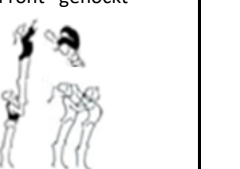
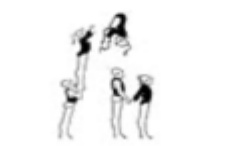
Tempo - Dynamic

D	Nr. 171	1 V	D	Nr. 172	2 V	D	Nr. 173	4 V	D	Nr. 174	1 V
Hände OP an Knien UP									oder 		
D	Nr. 175	2 V	D	Nr. 176	3 V	D	Nr. 177	3 V	D	Nr. 178	4 V
180° 			360° 						180° 		
D	Nr. 179	6 V	D	Nr. 180	7 V	D	Nr. 181	4 V	D	Nr. 182	5 V
4/4 Back gehockt 			4/4 Front gehockt 			4/4 Back gehockt 			4/4 Back gestreckt 		
D	Nr. 183	3 V	D	Nr. 184	6 V	D	Nr. 185	7 V	D	Nr. 186	
			4/4 Back gehockt 			4/4 Back gehockt 					
D	Nr. 187		D	Nr. 188		D	Nr. 189		D	Nr. 190	
D	Nr. 191		D	Nr. 192		D	Nr. 193		D	Nr. 194	



Disziplin: Paare W2, MX, M2

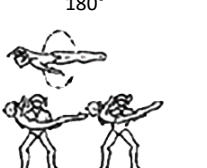
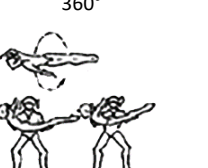
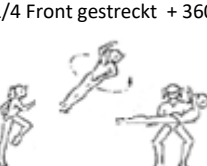
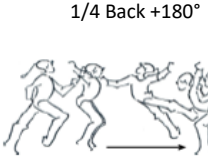
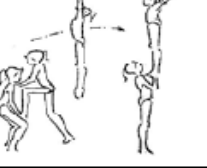
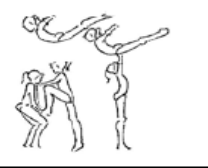
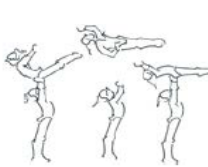
Tempo - Absprung

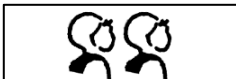
A	Nr. 195	1 V	A	Nr. 196	2 V	A	Nr. 197	3 V	A	Nr. 198	4 V
oder			1/4 Back gestreckt			1/4 Back gestreckt + 180°			1/4 Back gestreckt		
											
A	Nr. 199	3 V	A	Nr. 200	2 V	A	Nr. 201	3 V	A	Nr. 202	6 V
3/4 Back gebückt			oder			Hände nicht lösen			4/4 Front gehockt		
											
A	Nr. 203	7 V	A	Nr. 204	6 V	A	Nr. 205	7 V	A	Nr. 206	8 V
4/4 Front gebückt			4/4 Back gehockt			4/4 Back gebückt			4/4 Back gestreckt		
											
A	Nr. 207	4 V	A	Nr. 208	8 V	A	Nr. 209		A	Nr. 210	
mit Flugphase			5/4 Back gehockt								
											
A	Nr. 211		A	Nr. 212		A	Nr. 213		A	Nr. 214	
A	Nr. 215		A	Nr. 216		A	Nr. 217		A	Nr. 218	



Disziplin: Paare W2, MX, M2

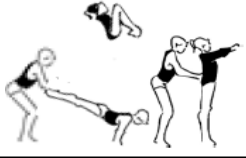
Tempo - Gefangen

G	Nr. 219	2 V	G	Nr. 220	3 V	G	Nr. 221	5 V	G	Nr. 222	3V
											
			180°			360°			1/4 Front gestreckt + 180°		
G	Nr. 223	4 V	G	Nr. 224	3 V	G	Nr. 225	5 V	G	Nr. 226	2 V
											
1/4 Front gestreckt + 360°			1/4 Back gestreckt			1/4 Back gestreckt			1/4 Back +180°		
G	Nr. 227	3 V	G	Nr. 228	2 V	G	Nr. 229	3 V	G	Nr. 230	5 V
											
mit ständigem Kontakt			1/4 Front			2/4 Back			2/4 Back + 180°		
G	Nr. 231	4 V	G	Nr. 232	5 V	G	Nr. 233	6 V	G	Nr. 234	7 V
											
1/4 Back						1/4 Front			1/4 Front + 180°		
G	Nr. 235	4 V	G	Nr. 236	5 V	G	Nr. 237	4 V	G	Nr. 238	6 V
											
			180°			180°			1/4 Back		
G	Nr. 239		G	Nr. 240		G	Nr. 241		G	Nr. 242	



Disziplin: Paare männlich M2

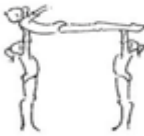
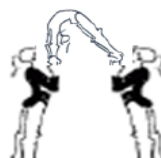
Tempo - Zusatzelemente

D	Nr. 243	2 V	D	Nr. 244	3 V	D	Nr. 245	3 V	D	Nr. 246	4 V
											
D	Nr. 247	4 V	D	Nr. 248	4 V	D	Nr. 249		D	Nr. 250	
3/4 Back gehockt 			mit ständigen Kontakt 								
G	Nr. 251	4 V	G	Nr. 252	5 V	G	Nr. 253		G	Nr. 254	
											
A	Nr. 255	6 V	A	Nr. 256	8 V	A	Nr. 257	7 V	A	Nr. 258	2 V
1/4 Front gestreckt 			5/4 Front gehockt 			2/4 Back 			2/4 Back 		
A	Nr. 259	3 V	A	Nr. 260		A	Nr. 261		A	Nr. 262	
											
A	Nr. 263		A	Nr. 264		A	Nr. 265		A	Nr. 266	



Disziplin: Gruppen W3, M3

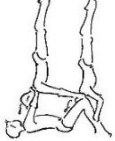
Balance - Kat. 1

K1	Nr. 267	1 V	K1	Nr. 268	3 V	K1	Nr. 269	2 V	K1	Nr. 270	4 V
											
K1	Nr. 271	3 V	K1	Nr. 272	3 V	K1	Nr. 273	4 V	K1	Nr. 274	4 V
			oder 								
K1	Nr. 275	6 V	K1	Nr. 276	4 V	K1	Nr. 277	3 V	K1	Nr. 278	2 V
											
K1	Nr. 279	4 V	K1	Nr. 280	1 V	K1	Nr. 281	3 V	K1	Nr. 282	4 V
											
K1	Nr. 283	3 V	K1	Nr. 284	5 V	K1	Nr. 285	2 V	K1	Nr. 286	3 V
											
K1	Nr. 287	4 V	K1	Nr. 288	4 V	K1	Nr. 289	7 V	K1	Nr. 290	
											



Disziplin: Gruppen W3, M3

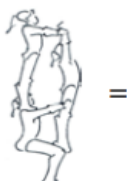
Balance - Kat. 2

K2	Nr. 291	2 V	K2	Nr. 292	2 V	K2	Nr. 293	3 V	K2	Nr. 294	3 V
											
K2	Nr. 295	5 V	K2	Nr. 296	3 V	K2	Nr. 297	3 V	K2	Nr. 298	4 V
											
K2	Nr. 299	4 V	K2	Nr. 300	7 V	K2	Nr. 301	3 V	K2	Nr. 302	2 V
											
K2	Nr. 303	4 V	K2	Nr. 304	4 V	K2	Nr. 305	6 V	K2	Nr. 306	4 V
											
K2	Nr. 307	6 V	K2	Nr. 308	8 V	K2	Nr. 309	5 V	K2	Nr. 310	5 V
											
K2	Nr. 311	8 V	K2	Nr. 312	3 V	K2	Nr. 313	4 V	K2	Nr. 314	4 V
											



Disziplin: Gruppen W3, M3

Balance - Kat. 3

K3	Nr. 315	1 V	K3	Nr. 316	2 V	K3	Nr. 317	2 V	K3	Nr. 318	2 V
											
K3	Nr. 319	3 V	K3	Nr. 320	5 V	K3	Nr. 321	4 V	K3	Nr. 322	5 V
									UP und MP halten mit beiden Händen 		
K3	Nr. 323	6 V	K3	Nr. 324	6 V	K3	Nr. 325	6 V	K3	Nr. 326	5 V
MP "Tischposition" 											
K3	Nr. 327	5 V	K3	Nr. 328	6 V	K3	Nr. 329	7 V	K3	Nr. 330	7 V
											
K3	Nr. 331	6 V	K3	Nr. 332	8 V	K3	Nr. 333	6 V	K3	Nr. 334	
											
K3	Nr. 335		K3	Nr. 336		K3	Nr. 337		K3	Nr. 338	



Disziplin: Gruppen männlich M3

Balance - Zusatzelemente

K1	Nr.339	1 V	K1	Nr. 340	3 V	K1	Nr. 341	2 V	K1	Nr. 342	4 V
											
K1	Nr. 343	3 V	K1	Nr. 344	4 V	K1	Nr. 345	3 V	K1	Nr. 346	
						OP an Beinen gehalten 					
K2	Nr. 347	1 V	K2	Nr. 348	2 V	K2	Nr. 349	3 V	K2	Nr. 350	3 V
											
K2	Nr. 351	5 V	K2	Nr. 352		K2	Nr. 353		K2	Nr. 354	
											
K3	Nr. 355	4 V	K3	Nr. 356	6 V	K3	Nr. 357	5 V	K3	Nr. 358	
											
K3	Nr. 359		K3	Nr. 360		K3	Nr. 361		K3	Nr. 362	



Disziplin: Gruppen W3, M3

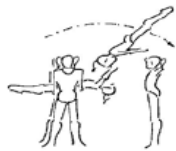
Tempo - Dynamic

D	Nr. 363	2 V	D	Nr. 364	4 V	D	Nr. 365	2 V	D	Nr. 366	1 V
3/4 Back gebückt OP bei Landung halten			4/4 Back gestreckt OP nicht am Rücken halten			ohne "Zwischenstopp"					
											
D	Nr. 367	5 V	D	Nr. 368	6 V	D	Nr. 369	7 V	D	Nr. 370	
4/4 Back gestreckt			4/4 Back gehockt			4/4 Back gestreckt					
											
D	Nr. 371		D	Nr. 372		D	Nr. 373		D	Nr. 374	
D	Nr. 375		D	Nr. 376		D	Nr. 377		D	Nr. 378	
D	Nr. 379		D	Nr. 380		D	Nr. 381		D	Nr. 382	
D	Nr. 383		D	Nr. 384		D	Nr. 385		D	Nr. 386	



Disziplin: Gruppen W3, M3

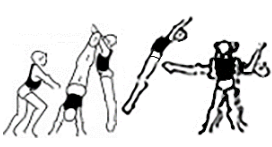
Tempo - Absprung

A	Nr. 387	1 V	A	Nr. 388	1 V	A	Nr. 389	2 V	A	Nr. 390	3 V
Landung OP vor UP+MP 1/4 Back gestreckt			1/4 Front			3/4 Back gehockt			3/4 Back gebückt		
											
A	Nr. 391	4 V	A	Nr. 392	2 V	A	Nr. 393	5 V	A	Nr. 394	6 V
3/4 Back gestreckt						4/4 Front gehockt			4/4 Front gebückt		
											
A	Nr. 395	4 V	A	Nr. 396	5 V	A	Nr. 397	6 V	A	Nr. 398	2 V
4/4 Back gehockt			4/4 Back gebückt			4/4 Back gestreckt					
											
A	Nr. 399	5 V	A	Nr. 400	6 V	A	Nr. 401	7 V	A	Nr. 402	4 V
4/4 Back gehockt			4/4 Back gebückt			4/4 Back gestreckt			2/4 Back gestreckt		
											
A	Nr. 403		A	Nr. 404		A	Nr. 405		A	Nr. 406	
A	Nr. 407		A	Nr. 408		A	Nr. 409		A	Nr. 410	



Disziplin: Gruppen W3, M3

Tempo - Gefangen

G	Nr. 411	1 V	G	Nr. 412	2 V	G	Nr. 413	2 V	G	Nr. 414	3 V
1/4 Front gestreckt			1/4 Back gestreckt			180°			360°		
											
G	Nr. 415	3 V	G	Nr. 416	3 V	G	Nr. 417	3 V	G	Nr. 418	1 V
2/4 Front gehockt			2/4 Back gehockt								
											
G	Nr. 419	2 V	G	Nr. 420	4 V	G	Nr. 421	3 V	G	Nr. 422	3 V
180°			2/4			2/4 Front gestreckt			2/4 Back gestreckt		
											
G	Nr. 423	5 V	G	Nr. 424	6 V	G	Nr. 425	2 V	G	Nr. 426	2 V
4/4 Front gehockt			4/4 Back gestreckt			1/4 Front gestreckt			1/4 Back gestreckt		
											
G	Nr. 427	3 V	G	Nr. 428	6 V	G	Nr. 429	6 V	G	Nr. 430	4 V
1/4 Back gestreckt + 180°			3/4 Front gebückt			3/4 Back gestreckt					
											
G	Nr. 431	5 V	G	Nr. 432	5 V	G	Nr. 433	5 V	G	Nr. 434	6 V
180°									siehe Klarstellung 360°		
											



Disziplin: Gruppen männlich M3

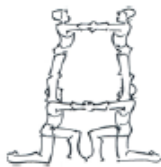
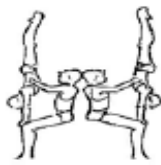
Tempo - Zusatzelemente

D	Nr. 435	1 V	D	Nr. 436		D	Nr. 437		D	Nr. 438	
ohne Zwischenstopp											
											
D	Nr. 439		D	Nr. 440		D	Nr. 441		D	Nr. 442	
A	Nr. 443	3 V	A	Nr. 444	3 V	A	Nr. 445	5 V	A	Nr. 446	
						1/2 Front gehockt 					
A	Nr. 447		A	Nr. 448		A	Nr. 449		A	Nr. 450	
G	Nr. 451	2 V	G	Nr. 452	3 V	G	Nr. 453		G	Nr. 454	
1/4 Back gestreckt 			1/4 Back gesreckt + 180° 								
G	Nr. 455		G	Nr. 456		G	Nr. 457		G	Nr. 458	



Disziplin: Gruppen M4

Balance - Kat. 1

K1	Nr. 459	1 V	K1	Nr. 460	3 V	K1	Nr. 461	2 V	K1	Nr. 462	3 V
											
K1	Nr. 463	3 V	K1	Nr. 464	3 V	K1	Nr. 465	3 V	K1	Nr. 466	3 V
											
K1	Nr. 467	3 V	K1	Nr. 468	4 V	K1	Nr. 469	5 V	K1	Nr. 470	6 V
											
K1	Nr. 471	5 V	K1	Nr. 472	7 V	K1	Nr. 473	4 V	K1	Nr. 474	4 V
											
K1	Nr. 475	6 V	K1	Nr. 476	3 V	K1	Nr. 477	2 V	K1	Nr. 478	2 V
											
K1	Nr. 479	3 V	K1	Nr. 480	3 V	K1	Nr. 481		K1	Nr. 482	
			unten frei 								



Disziplin: Gruppen M4

Balance - Kat. 2

K2	Nr. 483	2 V	K2	Nr. 484	3 V	K2	Nr. 485	4 V	K2	Nr. 486	6 V
											
K2	Nr. 487	4 V	K2	Nr. 488	2 V	K2	Nr. 489	4 V	K2	Nr. 490	6 V
											
K2	Nr. 491	2 V	K2	Nr. 492	3 V	K2	Nr. 493	9 V	K2	Nr. 494	3 V
			Handstand vw oder rw 								
K2	Nr. 495	3 V	K2	Nr. 496	5 V	K2	Nr. 497	4 V	K2	Nr. 498	6 V
						Handstand vw oder rw 					
K2	Nr. 499	10 V	K2	Nr. 500		K2	Nr. 501		K2	Nr. 502	
											
K2	Nr. 503		K2	Nr. 504		K2	Nr. 505		K2	Nr. 506	



Disziplin: Gruppen M4

Balance - Kat. 3

K3	Nr. 507	1 V	K3	Nr. 508	2 V	K3	Nr. 509	1 V	K3	Nr. 510	3 V
						MP Handstand 					
K3	Nr. 511	5 V	K3	Nr. 512	6 V	K3	Nr. 513	9 V	K3	Nr. 514	5 V
											
K3	Nr. 515	6 V	K3	Nr. 516	4 V	K3	Nr. 517	6 V	K3	Nr. 518	5 V
											
K3	Nr. 519	5 V	K3	Nr. 520	7 V	K3	Nr. 521	8 V	K3	Nr. 522	
											
K3	Nr. 523		K3	Nr. 524		K3	Nr. 525		K3	Nr. 526	
K3	Nr. 527		K3	Nr. 528		K3	Nr. 529		K3	Nr. 530	



Disziplin: Gruppen M4

Tempo - Dynamic

D	Nr. 531	2 V	D	Nr. 532	4 V	D	Nr. 533		D	Nr. 534	
beide Paare gleichzeitig			beide Paare gleichzeitig								
											
D	Nr. 535		D	Nr. 536		D	Nr. 537		D	Nr. 538	
D	Nr. 539		D	Nr. 540		D	Nr. 541		D	Nr. 542	
D	Nr. 543		D	Nr. 544		D	Nr. 545		D	Nr. 546	
D	Nr. 547		D	Nr. 548		D	Nr. 549		D	Nr. 550	
D	Nr. 551		D	Nr. 552		D	Nr. 553		D	Nr. 554	



Disziplin: Gruppen M4

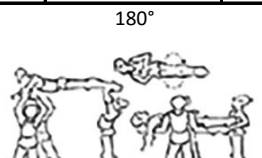
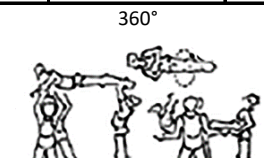
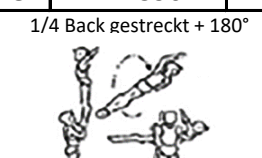
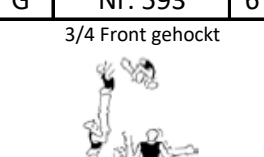
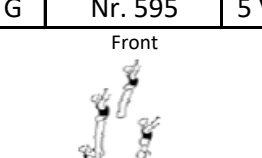
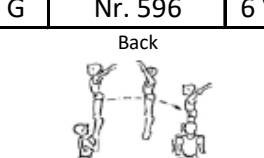
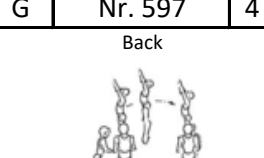
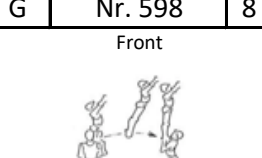
Tempo - Absprung

A	Nr. 555	2 V	A	Nr. 556	2 V	A	Nr. 557	4 V	A	Nr. 558	5 V
						4/4 Back gehockt 			4/4 Back gebückt 		
A	Nr. 559	6 V	A	Nr. 560	3 V	A	Nr. 561	8 V	A	Nr. 562	
4/4 Back gestreckt 			beide Paare gleichzeitig mit ständigen Kontakt 			beide Paare gleichzeitig Back gestreckt 4/4 					
A	Nr. 563		A	Nr. 564		A	Nr. 565		A	Nr. 566	
A	Nr. 567		A	Nr. 568		A	Nr. 569		A	Nr. 570	
A	Nr. 571		A	Nr. 572		A	Nr. 573		A	Nr. 574	
A	Nr. 575		A	Nr. 576		A	Nr. 577		A	Nr. 578	



Disziplin: Gruppen M4

Tempo - Gefangen

G	Nr. 579	1 V	G	Nr. 580	2 V	G	Nr. 581	3 V	G	Nr. 582	1 V
											
G	Nr. 583	2 V	G	Nr. 584	3 V	G	Nr. 585	2 V	G	Nr. 586	3 V
											
G	Nr. 587	4 V	G	Nr. 588	7 V	G	Nr. 589	3 V	G	Nr. 590	4 V
											
G	Nr. 591	3 V	G	Nr. 592	3 V	G	Nr. 593	6 V	G	Nr. 594	7 V
											
G	Nr. 595	5 V	G	Nr. 596	6 V	G	Nr. 597	4 V	G	Nr. 598	8 V
											
G	Nr. 599	6 V	G	Nr. 600	2 V	G	Nr. 601	5 V	G	Nr. 602	
