

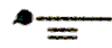
 Strecksprung  <b>0,1</b>	  Liegestütz - Liegestütz  <b>0,2</b> <b>0,2</b>	 Strecksprung  <b>0,1</b>	 Rückenschaukel  <b>0,2</b>	 2-3 Schritte  <b>0,2</b>	Wertung  D-Note + E-Note ./ Neutrale Abzüge
---	---	---	---	---	--

Name:.....	D-Note 1,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
	E-Abzüge	Endnote

Name:.....	D-Note 1,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
	E-Abzüge	Endnote

Name:.....	D-Note 1,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
	E-Abzüge	Endnote

Name:.....	D-Note 1,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
	E-Abzüge	Endnote

							Wertung D-Note + E-Note ./. Neutrale Abzüge
Nachstellsprung Nachstellsprung ggl. <b>0,1 0,1</b>	Liegestütz  <b>0,1</b>	langsames Senken in die Bauchlage  <b>0,2</b>	1/2 LAD in die Rückenlage  <b>0,2</b>	Rückenschaukel  <b>0,2</b>	Verbindung: Rolle vw- Strecksprung <b>0,5 0,1</b>	Pferdchensprung  <b>0,5</b>	

Name:.....

D-Note 2,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 2,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 2,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 2,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

 <b>Verbindung:</b> Rolle vw. - Strecksprung <b>0,2    0,1</b>	 flüchtige Kerze <b>0,5</b>	 flüchtiger Handstand <b>1,0</b>	 Hocksprung <b>0,2</b>	 Handstütz-Überschlag sw (Rad) <b>1,0</b>	Wertung D-Note + E-Note ./ Neutralabzüge
--	--	---	---	---	--

Name:.....

D-Note 3,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 3,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 3,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 3,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

 flüchtiger Handstand - Abrollen  <b>1,0</b>	 Strecksprung mit 1/2 LAD  <b>0,5</b>	 Rolle rw. über den hohen Hockstütz  <b>1,0</b>	 Nachstellsprung - Nach- stellsprung ggl. - Handstütz- Überschlag sw (Rad)  <b>0,5</b>	 Sprungrolle  <b>1,0</b>	Wertung  D-Note + E-Note ./ Neutrale Abzüge
---	---	---	--	--	--

Name:.....

D-Note 4,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

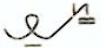
D-Note 4,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 4,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 4,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

							Wertung D-Note + E-Note ./. Neutrale Abzüge
Sprungrolle	flüchtiger Handstand - Abrollen	1/2 LAD einbeinig	Hüpfer mit Vorspreizen - Hüpfer mit Vorspreizen ggl.	Handstütz-Überschlag sw (Rad)	Rolle rw. über den hohen Hockstütz	Quergrätschsprung (mind. 90°)	
1,0	1,0	0,5		0,5	1,0	1,0	

Name:.....

D-Note 5,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 5,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 5,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 5,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

**P6 - 16 Punkte** max. 40-60 sek

								Wertung D-Note + E-Note ./. Neutrale Abzüge
<b>0,5</b>	<b>1,0 0,2</b>	<b>1,0</b>	<b>0,3</b>	<b>1,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2 0,3</b>	<b>1,0</b>	

Name:.....

D-Note 6,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 6,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 6,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 6,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

										Wertung D-Note + E-Note ./. Neutrale Abzüge
Quergrätschsprung (mind. 120°) <b>0,5</b>	<b>Verbindung:</b> Rondat (Radwende) - Strecksprung <b>0,5 0,2</b>	Rolle rw über den flüchtigen Handstand <b>0,5</b>	1/1 LAD einbeinig <b>0,5</b>	<b>Verbindung:</b> Spagatsprung (mind 120°) - Pferdchenspr. 1/2 LAD <b>0,5 0,5</b>	1/1 Schritt- LAD <b>0,3</b>	Handstütz- überschlag vw <b>1,0</b>	<b>Verbindung:</b> Rodat (Radwende) - Strecksprung mit Grätschen und Schießen der Beine <b>0,5 0,5</b>	Hockbück- sprung <b>0,5</b>	Handstütz- Überschlag sw auf einer Hand (einarmiges Rad) <b>1,0</b>	

Name:.....

D-Note 7,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 7,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 7,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 7,0 ./. Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

P8 - 18 Punkte max. 40-60 sek

 Rolle vw. - Heben in den Handstand - Abrollen <b>0,2 0,5</b>	 <b>Verbindung:</b> Rondat (Radwende) - Flick-Flack - Strecksprung <b>0,5 1,0 0,1</b>	 1/1 LAD einbeinig <b>0,5</b>	 Handstütz- überschlag vw <b>1,0</b>	 <b>X</b> Handstütz-Über- schlag sw (Rad) mit Abdruck von den Händen und Flugphase <b>1,0</b>	 <b>Verbindung:</b> Spagatsprung (mind. 135°) - 1/2 Drehsprung (mind. 90°) <b>0,5 0,5</b>	 <b>Verbindung:</b> Rondat (Radwende) - Strecksprung - Quergrätschsprung (mind 135°) <b>0,5 0,1 0,5</b>	 Rolle rw durch den flüchtigen Handstand <b>1,0</b>	 flüchtige Spagatposition <b>0,1</b>	Wertung  D-Note + E-Note ./ Neutrale Abzüge
--	--	--	---	--	---	---	---	---	--

Name:.....

D-Note 8,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

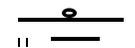
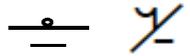
D-Note 8,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 8,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 8,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note  neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

 <b>Verbindung:</b> Rondat (Radwende) Flick-Flack - Salto rw gehockt <b>0,5 0,5 1,0</b>	 Quergrätschsprung (mind. 160°) <b>0,5</b>	 <b>Verbindung:</b> Spagatsprung (mind. 160°) - Kadettsprung (mind. 135°) <b>1,0 1,0</b>	 Salto vw gehockt <b>1,0</b>	 2/1 LAD einbeinig <b>1,0</b>	 Handstand mit 1/1 LAD im Handstand <b>1,0</b>	 <b>Verbindung:</b> Handstütz- Überschlag sw (Rad) - Flick-Flack mit gespreizten Beinen und einbeiniger Landung <b>0,5/1,0</b>	Wertung  D-Note + E-Note ./ Neutralere Abzüge
--	--	--	---	--	--	---	--

Name:.....

D-Note 9,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 9,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 9,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote

Name:.....

D-Note 9,0 ./ Spezielle Abzüge	E-Note
	neutr. Abz.
E-Abzüge	Endnote