

Boden P3	Rolle vw, Streckspr.	Rolle rw i.d. Nackenstand	Handstand	Hocksprung	Handstütz-Überschlag seitw.	Wertung		
	13,0 Punkte				Aufr. mit 1/4 LAD gegen d. Bewegungsr.			
	- fehlende Stützph. - 0,3 - Nachstützen der Hände 0,5	- ungen. Hüft- streckung - 0,3 - Nachstützen der Hände 0,5	- Handstand nicht erreicht - 0,3	- geringe Höhe - 0,3	- Abweichen von der Senkrechten - 0,5 - ungenügendes Spreizen - 0,3 - ungenügend geöffneter ARW - 0,3			
Name	0,5	0,5	0,5	0,5	1,0	D	E	End

Boden P 4 14,0 Punkte	Handstand. - Abrollen	Streckspr. 1/2 LAD	Rolle rw über den Hockstütz	Nachstellhüpfer, Nachstellhüpfer, Verbindung m. Rad!	Handstütz-Überschlag seitw. Aufr. mit 1/4 LAD geg. d. Bewegungsr.	Sprungrolle	Wertung		
	- Handstand n. erreicht - 0,3 - unkontrolliertes Abr. - 0,3 - Nachstützen d. Hände 0,5	- fehlerh. Körper- Streckung - 0,3 - Gleichgewichts- verlust - 0,3	- kein hoher u. sicherer Handstütz - 0,3 - Langung a.d. Knien 0,5	- unkoordinierter Ablauf - 0,3	- Abw. von der Senkrechten - 0,5 - ungenügendes Spreizen - 0,3 - ungenügender ARW - 0,3	- k. prellender Absprung - 0,3 - unrhythmisches Abrollen - 0,3	D	E	End
Name	1,0	0,5	1,0		0,5	1,0			

Boden P 5 15,0 Punkte	Anlauf, Rondat, Strecksprung	Rolle rw (Felgrolle erlaubt)	Handstand, Abr. i.d. Strecksitz	Liegestütz rückl. 1/2 LAD Liegestütz vl.	Kopfstand -2s- Abrollen zum Stand, Strecksprung 1/2 LAD	Standwaage vorlings -2s-	Sprungrolle mit sofortigem Strecksprung	Wertung		
	- k. Vorspannung im Rondat (Ansprung) - 0,3 - Abweichen v.d. Senkr. im Rondat - 0,3	- k. hoher u. sicherer Handstütz - 0,5 - unsichere Landung zum Stand - 0,3	- Handstand nicht erreicht - 0,5 - unkontrolliertes Abrollen - 0,3	- Liegestütz n. gestreckt je - 0,3 - kein Halt d. gestr. - Körpers - 0,3	- unsichere Endlage - 0,3 - unkontrolliertes Abrollen - 0,3 - unkontrolliertes Drehen - 0,3	- ungenügendes Spreizen - 0,5 - Bein unter Hüfthöhe 0,5	- k. prellender Absprung - 0,3 - unrythm. Abrollen - 0,5	D	E	End
Name	1,0	0,5	0,5	0,5	0,5 0,5	0,5	0,7 0,3			

Boden P 6 16,0 Punkte	Rondat, Strecksprung	Felgrolle Abb. i.d. Stand	Überschlag vw.	Liegestütz vl., Abspr.	Abspr. i.d. Handstand, Streckspr. 1/2 LAD	Standwaage - 2 s -	Anlauf, Sprungrolle, Streckspr. 1/1 LAD	Wertung		
	- k. Vorspannung im Rondatansprung - 0,3 - seitliche Auslenkung im Rondat - 0,3	- k. hoher u. sicherer Handstütz - 0,3 - stark gebeugte Arme - 0,3	- geh./geb. K.-haltung - 0,5 - ungen. Abdruck - 0,3 - k. gestr. ARW - 0,3 - zu tiefe Landung - 0,3 - Landung tiefer <90° 1,0	- Liegestütz ohne Körperspannung - 0,3 - mangelnde Spreizung - 0,3	- Abrollen m. sofortigem Handst. n. erreicht - 0,3 - k.flüssiger Übergang - 0,3 - Gleichgew.Verlust - 0,3	- Fuß nicht mind. in Hüft- u. Kopfhöhe - 0,5 - ungenügendes Spreizen - 0,5	- starker Hüftw. - 0,3 - ger. Flugphase - 0,3 - LAD n. vollendet - 0,5 - fehl. K-spannung - 0,3	D	E	End
Name	1,0	0,5	1,5	0,5	1,0	0,5	0,5 0,5			

Boden P 7 17,0 Punkte	Anlauf Rondat, Flick-Flack	1/2 LAD Liegestütz vl.	Grätschw.St. -2s- Handstand 1/2 LAD	Sprungrolle gestr. Streckspr. 1/1 LAD	Felgrolle rw i.d. Handstand	Standwaage vorlings -2s- Schritt mit 1/2 LAD	Überschlag vw. - geh./geb. K.-haltung - 0,5 - ungen. Abdruck - 0,3 - k. gestr. ARW - 0,3 - zu tiefe Landung - 0,3 - Landung tiefer <90° 1,0	Wertung		
	- seitliche Auslenkung im Rondat - 0,3 - k. fließ. Übergang - 0,3 - k.deut. Abdruck - 0,3	-Liegestütz ohne Körper- Spannung - 0,3	- mang. Spreizung - 0,3 - fehlerh. Handst. - 0,3 - LAD n.i. Handstand vollendet - 0,3	- unzureichende Körperstreckung - 0,3 - Drehung nicht vollendet - 0,3	- stark gebeugte Arme - 0,3 - unzur. Streckung d. Körpers - 0,3	- Fuß nicht mind. in Hüft- und Kopfhöhe - 0,5		D	E	End
Name	0,5 1,5	0,5	0,2 0,3 0,5	1,0	1,0	0,5	1,0			

