

Boden - P1

Name	2-3 Schritte Anlauf, Einsprung, Absprung, Strecksprung	Hockstand, Rückstrecken d. Beine z. Liegestütz vl. Anhocken, Rückstrecken z. Liegest. vl , Anhocken d. Beine	Strecksprung	Senken über Hock-stand z. Hocksitz, Rückenschaukel rück + vor mit dyn. Aufri. (beliebig) in d. Stand	2-3 Schritte im Ballengang vw, Schließen der Beine	Wertung
						Abzüge / Endnote
	0,1	0,2 / 0,2	0,1	0,2	0,2	
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/

Boden - P2

Name	Nachstellsprung rechts (links), Nachstellsprung links (rechts), Schritt, Schließen d. Beine	Senken in Hockstand, Aufstütz. d. Hände, Rückstreck. d. Beine z. Liegestütz vl.	langsameres Senken in Bauchlage, Strecken d. Arme in Verl.	1/2 LAD in d. Rückenlage, Heben in Schiff- chenhaltung	Rückenschaukel rück + vor mit dyn. Aufrichten (beliebig) in Stand	VERBINDUNG: Rolle vorwärts- Strecksprung	2-3 Schritte, Absprung zum Pferdchen- sprung	Wertung
								Abzüge / Endnote
	0,1 / 0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,5 / 0,1	0,5	/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/

Boden - P3

Name	VERBINDUNG: Rolle vorwärts- Strecksprung	Hockstand, Zurückrollen in die flüchtige Kerze, abrollen und aufrichten (beliebig)	2-3 Schritte, flüchtiger Handstand	2-3 Schritte, Einsprung, Absprung zum Hocksprung	Schritt, Anhüpfer, Rad, Aufrichten mit 1/4 LAD geg. Bewegungsrichtung	Wertung
						Abzüge / Endnote
	0,2 / 0,1	0,5	1,0	0,2	1,0	
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/

Boden - P4

Name	Schritt, flüchtiger Handstand, Abrollen	Streck-sprung mit 1/2 LAD	Rolle rückwärts über hohen Hockstütz in den Hockstand (Felgrolle erlaubt)	Nachstellsprung, Nachstellsprung (gegengleich), Anhüpfer, Rad, Aufrichten mit 1/4 LAD in Bewegungsrichtung	1-2 Schritte vw, Einsprung und Absprung (beidbeinig) zur Sprungrolle	Wertung
						Abzüge / Endnote
	1,0	0,5	1,0	0,5	1,0	/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/
						/

Boden - P5

Name	2-3 Schritte mit Einsprung und Absprung zur Sprungrolle	Schritt, Schritt m. Vorspreizen, flüchtiger Handstand, Abrollen	Schritt vw, 1/2 LAD einbeinig	Schritt, Hüpfen m. Vorspr. des geb. Beines, Hüpfen m. Vorspr. d. geb. Beines	Anhüpfen Rad , Aufri. mit 1/4 LAD gegen Bewegungs- richtung	Rolle rückwärts über hohen Hockstütz in den Hockstand (Felgrolle erlaubt)	Absprung zum Spreizsprung (mind. 90°), Landung beidbeinig	Wertung
								Abzüge / Endnote
	1,0	1,0	0,5		0,5	1,0	1,0	/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/

Boden - P6

Name	2-3 Schritte, flüchtiger Handstand- Abrollen	VERBINDUNG: Anlauf, Anhüpfer- Radwende- Strecksprung	1-2 Schritte rw Rolle rw über hohen Hockstütz (Felgrolle erl.)	enge Schrittstellung Streckspr. m. dopp. Beinwechsel	1-2 Schritte, Schließen d. Beine Strecksprung mit 1/1 LAD	Schritt, Einspr. und Abspr. zur Sprungrolle	Schritt, VERBINDUNG: Strecksprung- Hocksprung	Anlauf, Spagatsprung (mind. 120°)	Wertung
									Abzüge / Endnote
	0,5	1,0 / 0,2	1,0	0,3	1,0	0,5	0,2 / 0,3	1,0	/
									/
									/
									/
									/
									/
									/
									/
									/
									/
									/
									/
									/
									/

Boden - P7

Name	Spreizsprung (mind. 120°), Landung beidbeinig	VERB.: Anlauf Rondat- Strecksprung	Schritt rw, Rolle rw über d. flüchtigen Handstand	1/1 LAD einbeinig	GYMN. VERB.: Anlauf Spagatspr. (mind. 120°), ... Pferdchenspr. mit 1/2 LAD	Schritt, 1/1 Schritt LAD	Anlauf, Handstütz- Überschlag vw (Land. beidb.)	VERB.: Anhüpfer Rondat- Grätschspru- ng	1-2 Schritte Hockbück- sprung	1-2 Schritte, einarmiges Rad, Aufr. m. 1/4 LAD gegen Bewegungsr.	Wertung
											Abzüge / Endnote
	0,5	0,5 / 0,2	0,5	0,5	0,5 / 0,5	0,3	1,0	0,5 / 0,5	0,5	1,0	/
											/
											/
											/
											/
											/
											/
											/
											/
											/
											/
											/
											/
											/
											/

Boden - P8

Name	Rolle vw, Heben in den Handstand- Abrollen	VERB.: Anlauf, Rondat - Flick- Flack - Strecksprung	Schritt 1/1 LAD ein- beinig	Anlauf, Handstütz- Überschlag vw (Landung beidb.)	Anhüpfer, Rad mit Flug- phase	GYMN. VERB.: Spagatsprung (mind. 135°), ... 1/2 Drehsprung (mind. 90°)	VERB.: Anlauf, Rondat - Strecksprung - Spreizsprung (mind. 135°)	Schritt rw, Senken rw mit gestr. Beinen, Rolle rw über fl. Handstand	flüchtiger Spagat (mind. 160°)	Wertung
										Abzüge / Endnote
	0,2 / 0,5	0,5 / 1,0 / 0,1	0,5	1,0	1,0	0,5 / 0,5	0,5 / 0,1 / 0,5	1,0	0,1	/
										/
										/
										/
										/
										/
										/
										/
										/
										/
										/
										/
										/
										/
										/

Boden - P9

Name	VERB.: Anlauf, Rondat - Flick-Flack - Salto rw gehockt	Schritt, Spreizsprung (mind. 160°)	GYMN. VERB.: Spagatsprung (mind. 160°), ... Kadettsprung (mind. 135°)	Anlauf, Salto vw gehockt	Schritt, einbeinige 2/1 LAD	Schritt, Handstand mit 1/1 LAD, bel. 1/2 LAD, 1-2 Schritte	VERB.: Anlauf o. Anhüpfer, Rad - Menichelli	Wertung
								Abzüge / Endnote
	0,5 / 0,5 / 1,0	0,5	1,0 / 1,0	1,0	1,0	1,0	0,5 / 1,0	/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/
								/