

	A-Teile = 0,1	B-Teile = 0,2	C-Teile = 0,3	D-Teile = 0,4	E-Teile = 0,5	F-Teile = 0,6	G-Teile = 0,7
EG I	1 ¹ a.d. Hdst. Senken i.d. (Grätsch-)winkelstütz (2s)	2 ³ Spitzwinkelstütz (2s)	3 ³ Spitzwinkelst. Beine waagrecht (2s) (Manna)				
	7 ¹ a.d. Stand o. Grätschst., Schweizerhandstand (2 s)	8 ³ heben m. gestr. Armen o. gestr. Körper i.d. Hdst. (2s)	9 ³ Spitzwinkelstütz (2s), heben i.d. Hdst. (2s)	10 ³ Manna (2s), heben i.d. Hdst. (2s)			
	13 ³ a.d. Bauchlage Schwingen i.d. Hdst. (2s)	14 ³ Schweizer (2s) a.d. Spagat/ Liegest./ Winkelst./ Grätschwinkelstütz	15 ³ Manna (2s) Ausschultern d.d. Hdst.	16 ³ Manna (2s) Ausschultern i.d. Hdst. (2s)			
	19 Handstand (2s)	20 ³ Senken o. Schwung i.d. Kopfkreuz (2s)	21 ³ Heben i.d. Kopfkreuz (2s)				
	25 ³ Stützwaage gegr. (2s)	26 ³ Stützwaage (2s)	27 ³ Schwalbe (2s)				
	31 Handstand m. 1/2 o. 1/1 Dr.	32 ³ Stützw. gegr. (2s), heben i.d. Hdst. (2s)	33 ³ Stützwaage (2s), heben i.d. Hdst. (2s)	34 ³ Schwalbe (2s), heben i.d. Kreuzhst. (2s) (Alvarino)			
	37 ¹ a.d. Winkelst., Dr. rw. i.d. Stand						
		44 ³ Endorolle i.d. Hdst. (2s)	45 ³ Endorolle geb. i.d. Hdst. (2s)				
	49 Menichelli / Bogeng. rw.						
	55 Bogengang vw.						
	61 Quer- o. Seitspagat (2s)						
	67 alle Standwaage (2s)	68 alle Standwaage 180° gegr. ohne Handhalte (2s)					
	73 Sprung z. Liegest. (auch m. 1/1 Dr.) / Sprung i.d. Hdst. (auch m. 1/2 Dr.)	74 Sprung vw. m. 2/1 Dr. i.d. Liegestütz					
	79 Sprung rw. m. 1/2 i.d. Liegestütz	80 Sprung rw. m. 3/2 Dr. i.d. Liegestütz	81 Sprung rw. m. 5/2 Dr. i.d. Liegestütz				
	85 Sprung rw. i.d. Liegestütz o. Bauchlage	86 Sprung rw. m. 1/1 Dr. i.d. Liegest. (Endo)					
	91 Schmetterling	92 Tong Fei	93 Schmetterl. m. 2/1 Dr.				
	97 Varianten Breakdance						
	103 zwei Kreis- o. Thomasflanken	104 Kreis- o. Thomasflanken i.d. Hdst.	105 Gogaladze	106 Flanke i.d. Hdst. Pirouette gespr. Dr. u. Senken zur Flanke			
		110 Senken a.d. Hdst. i.d. Kreisflanke					
	115 Thomasflanken m. 1/2 Spindel	116 Thomasflanken m. 1/1 Spindel	117 Thomasflanken m. 1/1 Spindel i.d. Hdst.				
	122 Thomasflanken m. 1/2 Spindel i.d. Hdst.		124 Thomasflanken m. 1/1 Spindel z. Hdst., senken i.d. Thomasflanke				
127 Russenwende- schwingung 360 o. 540°	128 Russenwende- schwingung 720 o. 900°	129 Russenw. 1080° (Fedorchenko)					
133 Rolle rw. d.d. Hdst. m. 1/2 Dr.	134 Rolle rw. m. gespr. 1/1 Dr.						
139 a.d. Liegestütz vl. vorgrätschen z. Liegest. rl.							
EG II	1 Alle Kopf-/Nackentippen						
	7 Kopf-/Nackent. m. 1/2 Dr. z. Hdst. o. 1/1 Dr. z. Lst rl.			10 Überschlag u. Salto vw. (Morandi)			
	13 Überschlag vw. o. Hechtüberschlag	14 Überschlag i.d. Liegestütz	15 Überschl., Salto vw. z. Abrollen (Marinich)	16 Marinich gestr.			
	19 Hechtrolle	20 Hechtrolle m. 1/1 Dr.	21 Hechtrolle m. 2/1 Dr.				
	25 Salto vw. geh./geb.		27 3/2 Salto geh./geb.	28 Dosa vw. geh.	29 Dosa vw. geb.		
	31 Spritzsalto vw.			34 Dosa vw. geh. m. 1/2 Dr.	35 Dosa geb. m. 1/2 Dr.		
		38 Salto vw. gestr.	39 Salto vw. gestr. i.d. Liegestütz	40 3/2 Salto vw. gestr. z. Abrollen			
		44 Salto vw. m. 1/2 Dr.	45 Salto vw. m. 1/1 Dr.	46 Salto vw. m. 2/1 Dr.	47 Salto vw. m. 5/2 Dr.	48 Salto vw. m. 3/1 Dr. (Shirai 2)	
			51 Salto vw. m. 3/2 Dr.				
		56 Salto vw. i.d. Liegestütz	57 Salto vw. m. 1/1 Dr. i.d. Liegestütz	58 Salto vw. m. 1/1 Dr. z. Abrollen (van Roon)	59 Doppelsalto vw. geh. m. 1/1 Dr.		
EG III	1 Salto rw. geh./geb.		3 Dosa rw. geh.	4 Dosa rw. geh. m. 1/1 o. 3/2 Dr. (Tsukahara)	5 Dosa rw. geh. m. 2/1 o. 5/2 Dr.		6 Dosa rw. geh. m. 3/1 Dr. (Ri Jong Song)
		8 Salto rw. i.d. Spagat	9 Salto rw. m. 1/1 Dr. i.d. Spagat				12 Dreifachsalto rw. geh. (Ljukin)
	13 Flick-Flack	14 Temposalto rw.	15 Dosa rw. geb.	16 Dosa rw. geb. m. 1/1 o. 3/2 Dr.		18 Salto rw. gestr. m. 1/1 Dr. Salto rw. geb. (Kolyvanov)	
		20 Salto rw. gestr.		22 Dosa rw. gestr. (auch m. 1/2 Dr.)	23 Dosa rw. gestr. m. 1/1 o. 3/2 Dr. (auch Hypolito gestr.)	24 Dosa rw. gestr. m. 2/1 o. 5/2 Dr.	
		26 Salto rw. m. 1/2 Dr.	27 Salto rw. m. 3/2 Dr.	28 Salto rw. m. 5/2 Dr.	29 Salto rw. m. 7/2 Dr.		
		32 Salto rw. m. 1/1 Dr.	33 Salto rw. m. 2/1 Dr.	34 Salto rw. m. 3/1 Dr.		36 Salto rw. m. 4/1 Dr. (Shirai / Nguyen)	
EG IV	1 Sprung rw. m. 1/2 Dr. gehechtet z. Abrollen	2 Sprung rw. m. 3/2 Dr. geh. z. Abrollen	3 Spr. rw. m. 5/2 Dr. z. Abrollen				
	7 Sprung rw. m. 1/2 Dr. Überschlag vw.	8 Twist geh./geb.		10 Doppeltwist geh.	11 Doppeltwist geb.	12 Doppeltwist gestr. (Tamayo)	
		14 Twist gestr.		16 Doppeltwist geh. mit 1/2 Dr.	17 Doppeltwist geb. mit 1/2 Dr.		
		20 Twist geh./geb. z. Liegestütz	21 Twist geh./geb. z. Abrollen	22 Twist gestr. z. Abrollen (Wu Guonian)		24 Doppeltwist gestr. m. 1/2 Dr. (Penev)	
				28 Twist m. 3/2 Dr. z. Abrollen (Thomas)	29 Thomas gestr. (Korobchynski)		
		32 Sprung vw. m. 1/2 Dr. Salto rw. geh./geb./gestr.		34 Spr. vw. m. 1/2 Dr. Dosa rw. geh./geb. (Deferr)			
	37 Spreizsalto sw.						
	43 Salto sw. geh./geb.	44 Salto sw. gestr.	45 Dosa sw. geh.	46 Dosa sw. gegr.			
		50 Salto sw m. 1/2 Dr.	51 Sprung rw. gegr. u. 1/4 Dr., 1/1 Dr. z. Landung sw.				
			57 3/2 Salto sw. z. Abrollen (Li Yuejiu)		59 Dosa sw. m. 1/1 Dr. (Lou Yun)		