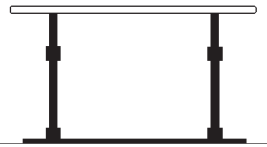
Kür modifiziert
LK 1



Höhe: 180 cm von Mattenoberkante

Abgang + 7 Elemente

D-Kampfgericht

- Erfüllung einer Anforderung (CdP) . . . . . (I. - III.) . . . . je + 0,50 Punkte
- Anforderung Abgang . . . . . B . . . . . + 0,30 Punkte
  C . . . . . + 0,50 Punkte

E-Kampfgericht

- einbeiniger Absprung oder Anschwingen zum Angang . . . . . 0,30 Punkte
- unkontrollierte Handstandposition auf einem oder beiden Holmen . . . . . 0,10 Punkte
- Vorelement . . . . . 0,50 Punkte
- Gehen im Handstand . . . . . je 0,10 Punkte
- zu wenig Streckung beim Wiederfassen nach Saltos . . . . . 0,10 - 0,30 Punkte
- unkontrolliertes Wiederfassen nach Saltos oder Abstoßen vom Gerät . . . . 0,30 - 0,50 Punkte

Elementgruppen:

I. Elemente im oder durch den Stütz auf beiden Holmen
II. Elemente die im Oberarmstütz beginnen
III. Schwungelemente durch den Hang an einem Holm oder zwei Holmen und Unterschwünge
IV. Abgang

zur Erfüllung zählen nur Elemente aus dem CdP

Abzüge von der Endnote

- Überschreitung von 50 sek. bis zum Übungsbeginn . . . . . 0,30 Punkte
- unkorrekte Positionierung des Sprungbrettes . . . . . 0,50 Punkte

Abzüge von der Endnote

- pro fehlendes Element (von Mindestanzahl) . . . . . 1,00 Punkte

mehr als 3 Halten erlaubt

Name

E_1-Note ☐ **E_2-Note** ☐ **D-Note** ☐ **+ E-Note** ☐ **- OK** ☐ **= Endnote** ☐

F-Elemente ___ x 0,80 = _____
E-Elemente ___ x 0,80 = _____
D-Elemente ___ x 0,80 = _____
C-Elemente ___ x 0,60 = _____
B-Elemente ___ x 0,40 = _____
A-Elemente ___ x 0,20 = _____
NE-Elemente ___ x 0,00 = _____
Abgang B C = _____
Anforderungen I II III = _____
_____

Name

E_1-Note ☐ **E_2-Note** ☐ **D-Note** ☐ **+ E-Note** ☐ **- OK** ☐ **= Endnote** ☐

F-Elemente ___ x 0,80 = _____
E-Elemente ___ x 0,80 = _____
D-Elemente ___ x 0,80 = _____
C-Elemente ___ x 0,60 = _____
B-Elemente ___ x 0,40 = _____
A-Elemente ___ x 0,20 = _____
NE-Elemente ___ x 0,00 = _____
Abgang B C = _____
Anforderungen I II III = _____
_____

Name

E_1-Note ☐ **E_2-Note** ☐ **D-Note** ☐ **+ E-Note** ☐ **- OK** ☐ **= Endnote** ☐

F-Elemente ___ x 0,80 = _____
E-Elemente ___ x 0,80 = _____
D-Elemente ___ x 0,80 = _____
C-Elemente ___ x 0,60 = _____
B-Elemente ___ x 0,40 = _____
A-Elemente ___ x 0,20 = _____
NE-Elemente ___ x 0,00 = _____
Abgang B C = _____
Anforderungen I II III = _____
_____

Name

E_1-Note ☐ **E_2-Note** ☐ **D-Note** ☐ **+ E-Note** ☐ **- OK** ☐ **= Endnote** ☐

F-Elemente ___ x 0,80 = _____
E-Elemente ___ x 0,80 = _____
D-Elemente ___ x 0,80 = _____
C-Elemente ___ x 0,60 = _____
B-Elemente ___ x 0,40 = _____
A-Elemente ___ x 0,20 = _____
NE-Elemente ___ x 0,00 = _____
Abgang B C = _____
Anforderungen I II III = _____
_____

Wilfried Thorissen, Krefeld - 9.2017