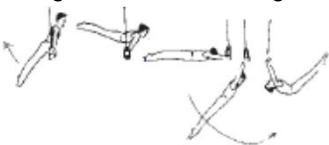

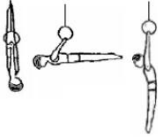
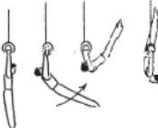




EG		Nationale Elemente - Ringe		
EG I	Rückschwung im Stütz zum Ablegen in den Hang 			
EG II				
EG III	Rückschwung i.d. Hangwaage rl. (2s) 			
EG IV	Langsames gestr. Senken über die Hangwaage rl. i.d. Hang rl. 	Heben mit gestrecktem Körper in den Strecksturzhang (d.d. Hangwaage vl.) 	Zugstemme in den Stütz 	
EG V	Salto vv. geh. (auch m. 1/2 Drehung) 	Salto rw. geh. (auch m. 1/2 Drehung) 