

# Sprung # 14

1. Flugphase	
LA-Drehung	
Hüftwinkel	
Hohlkreuz	
Knie gebeugt	
Beine geöffnet	3

Abdruck	
Handstütz	
Arme gebeugt	
Schulterwinkel	
Vertikale	
LAD zu früh	

2. Flugphase	
Snap	
Höhe	3
Präzision LAD	
Ungenüg. N - V	
Body alignment	1
Nichtbeibehalten der /-Position	3
Knie gebeugt	
Beine/Knie geöffnet	
Unterrotation	
Weite	
Abweichen Richtung	
Dynamik	1

Landung	
Geöffnete Beine	
Schritt/Hüpfen	
Großer Schritt	3
Körperposition	
Tiefe Landung	
Sturz	
Abschnitt 8.3	
Beine gekreuzt	
Füße	1
Präzision	

**D-Note**

4,40 P.

**E-Abz.**

1,50 P.

**E-Note**

8,50 P.

**Sprung**  
**# 3.32**

