

Sprung # 15

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

Abdruck	
Handstütz	
Arme gebeugt	1
Schulterwinkel	1
Vertikale	
LAD zu früh	

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

Landung	
Geöffnete Beine	
Schritt/Hüpfen	
Großer Schritt	
Körperposition	
Tiefe Landung	
Sturz	10
Abschnitt 8.3	
Beine gekreuzt	
Füße	1
Präzision	

D-Note

4,20 P.

E-Abz.

2,90 P.

E-Note

7,10 P.

Sprung
4.32

