

Wahlwettkampf Mini-Tramp
beim LKTF in Heilbronn 2019

Durchführungsbestimmungen

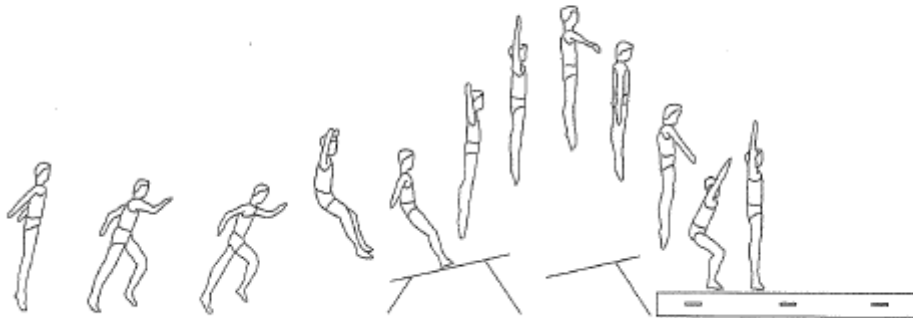
Der gewählte Sprung wird 2x geturnt, die bessere Übung wird gewertet.



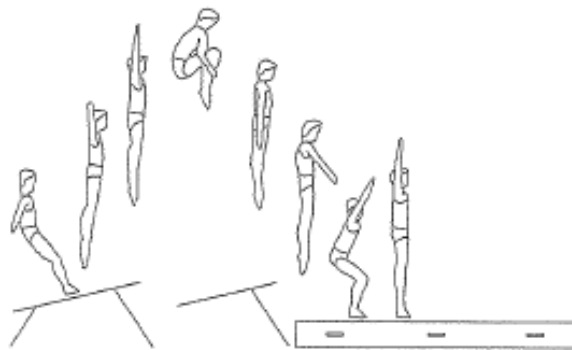
Ausschreibung

P-Stufe EDV-Nr.	Bewegungsaufgabe	Altersklasse
P 1 (631)	Strecksprung	AK 8 – 9
P 2 (632)	Hocksprung	AK 8 – 10
P 3 (633)	Grätschwinkelsprung <u>oder</u> ½ Standschraube	AK 8 – 13
P 4 (634)	Bücke <u>oder</u> 1/1 Standschraube	AK 8 – 15
P 5 (635)	Salto vorwärts gehockt	AK 8 – 15
P 6 (636)	Salto vorwärts gebückt	AK 10 – 15
P 7 (637)	Barani (Salto vorwärts mit ½ Schraube gehockt, gebückt oder gestreckt)	AK 12 – 15
P 8 (638)	Salto vorwärts gestreckt mit 1/1 Schraube	AK 14 – 15

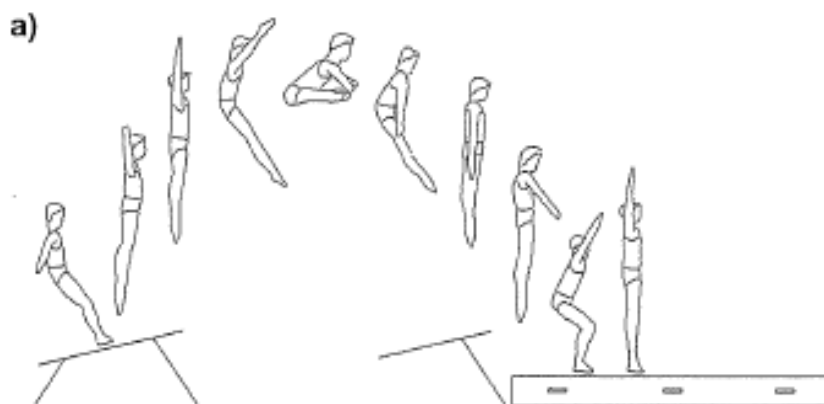
P 1 [631] Strecksprung



P 2 [632] Hocksprung

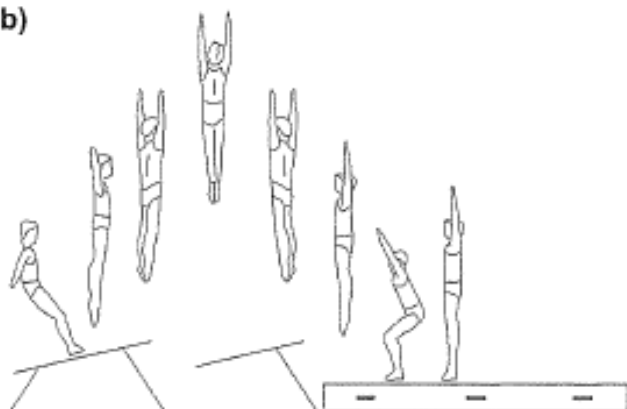


P 3 [633] Grätschwinkelsprung oder 1/2 Standsprungschraube



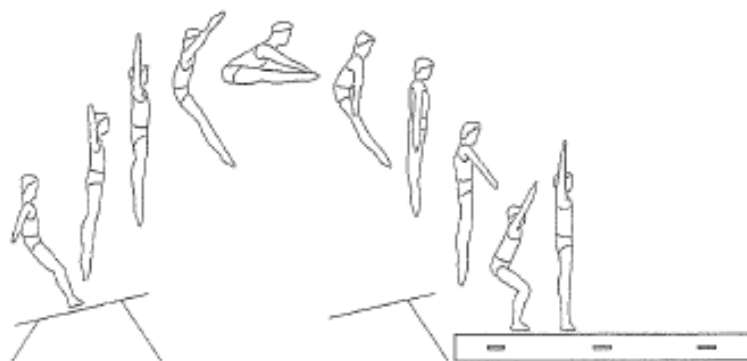
P 3 [633] Grätschwinkelsprung oder 1/2 Standsprungschraube

b)



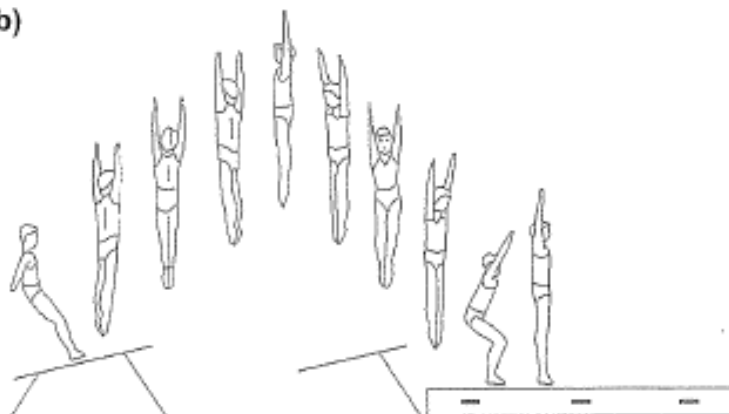
P 4 [634] Bücke oder 1/1 Standsprungschraube

a)

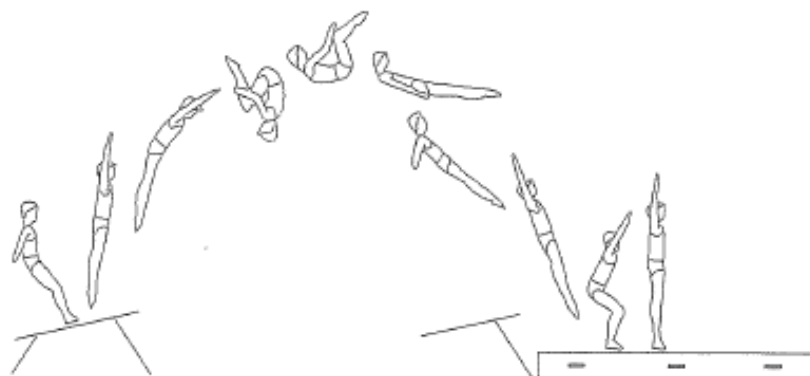


P 4 [634] Bücke oder 1/1 Standsprungschraube

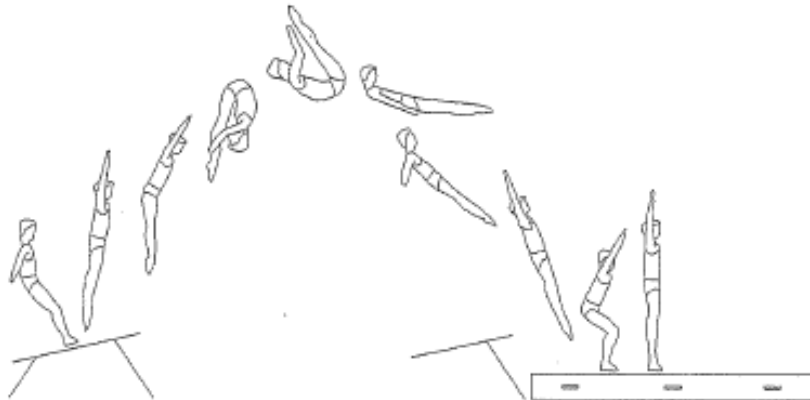
b)



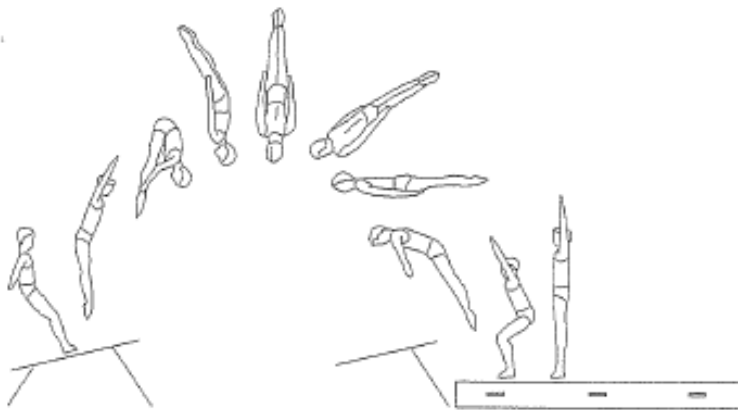
P 5 [635] Salto vorwärts gehockt



P 6 [636] Salto vorwärts gebückt



P 7 [637] Barani (Salto vorwärts mit 1/2 Schraube) gehockt, gebückt oder gestreckt



P 8 [638] Salto vorwärts gestreckt mit 1/1 Schraube

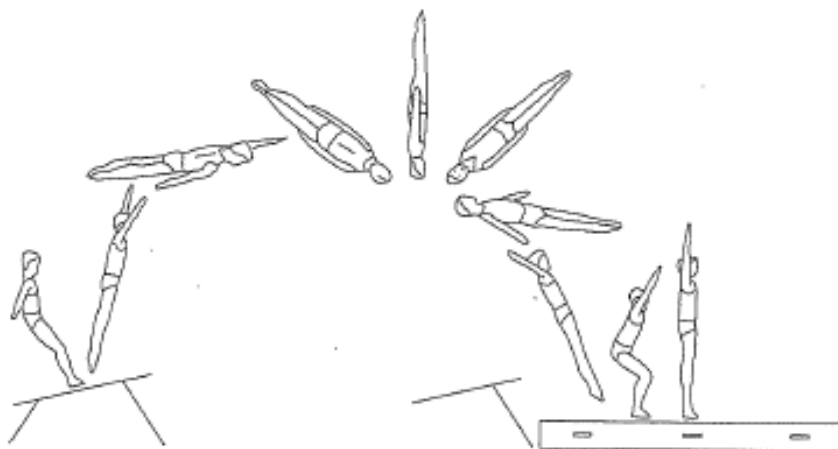


Tabelle für allgemeine Fehler und Abzüge

	Klein - 0,1	Mittel - 0,3	Groß - 0,5	Sehr groß
Vorlage beim Einsprung	X	X		
Kein aktiver Absprung	X	X		
Unkontrollierter Absprung				- 1,0
Körperposition (gehockt, gebückt, gestreckt)	X	X	X	
Geöffnete Beine	X	X		
Unvollständige Drehung	X Bis 30 Grad	X Bis 60 Grad	X Bis 90 Grad	Größer 90 Grad = anderes Element = ungültig
Beine gekreuzt bei Schrauben	X			
Fußhaltung	X			
Position der Arme	X	X	X	
Falscher Armeinsatz	X	X	X	
Fehlender Armeinsatz				- 1,0
Fehlende Streckung vor der Landung	X	X		
Unkontrollierte Körperhaltung	X	X	X	
Mangelnde Höhe	X	X	X	
Sprungbeherrschung	X			
Dynamik	X	X	X	
Landung (max. 0,6 Punkte)				
Kleiner Schritt je	X			
Großer Schritt je		X		
Sprung			X	
Tiefe Landung			X	
Sturz				- 1,0
Hilfeleistung				- 1,0
Abweichung aus der Richtung	X			
Landung außerhalb des Korridors (1m)		X		
Andere ästhetische oder technische Fehler	X	X	X	

Die Abzüge der Kampfrichter/innen werden vom Ausgangswert der Übung (z.B. P7 = 17 Punkte) abgezogen (analog. Gerätturnen).