

WR

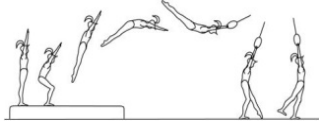


K1-C

- K1-A Selbständiges Heben in den Sturzhang,
Ziehen oder Anstossen und Loslassen im Sturzhang
- K1-B Rückschaukeln im Sturzhang
- K1-C Vorschaukeln im Sturzhang und Senken zum Hang
- K1-D Rück- und Vorschaukeln im Hang
- K1-E Rück- und Vorschaukeln im Hang
- K1-F Rückschaukeln zum Niedersprung



K1-F



- Leer- / Zwischenschwünge sind erlaubt (Abzug in Technik und Haltung)

[illegible]

Schaukelringe K2

Anlass

Datum

WR



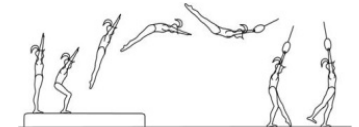
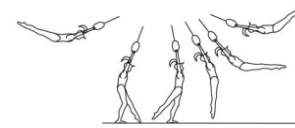
ABZÜGE:

Anfangsschwünge Technik und Haltung	max. 0.80
Keine Schwungsteigerung während Übung	0.10 - 0.30
Zu später Übungsbeginn, pro Schwung	0.30
Fehlendes Pflicht- oder Wahlelement	je 1.20
Ausgang entspricht nicht der Kategorie	0.30
Kein Ausgang, nicht zur Auswahl K1-K4	1.20
Unkorrekte Landung, pro Fussabruck je 0.10 Pt	max. 0.40

PFLICHTÜBUNG:

- K2-A Anfangsschwünge
- K2-B Vorschaukeln und eben
des geb. Körpers zum Sturzhang geb.
- K2-C Rückschaukeln im Sturzhang
- K2-D Vorschaukeln im Sturzhang und Senken zum Hang
- K2-E Rück- und Vorschaukeln im Hang
- K2-F Rückschaukeln zum Niedersprung

- Leer- / Zwischenschwünge sind erlaubt (Abzug in Technik und Haltung)

[illegible]

Schaukelringe K3

Anlass

Datum

WR



ABZÜGE:

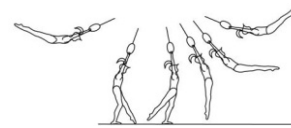
Anfangsschwünge Technik und Haltung	max. 0.80
Keine Schwungsteigerung während Übung	0.10 - 0.30
Zu später Übungsbeginn, pro Schwung	0.30
Fehlendes Pflicht- oder Wahlelement	je 1.20
Ausgang entspricht nicht der Kategorie	0.30
Kein Ausgang, nicht zur Auswahl K1-K4	1.20
Unkorrekte Landung, pro Fussabruck je 0.10 Pt	max. 0.40

PFLICHTÜBUNG:

- K3-A Anfangsschwünge
- K3-B Vorschaukeln und Heben
des geb. Körpers zum Sturzhang geb.
- K3-C 3x Schaukeln im Sturzhang, Öffnen zum
Strecksturzhang C+ (hinten, vorne, hinten)
- K3-D Vorschaukeln im Sturzhang und Senken zum Hang
- K3-E Rückschaukeln zum Niedersprung

- Leer- / Zwischenschwünge sind erlaubt (Abzug in Technik und Haltung)

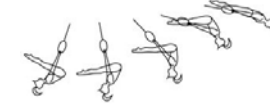
K3-A



K3-B



K3-C



K3-D



K3-F

[illegible]

[illegible]