

Anlass _____

WK-Zeit _____

Verein _____

Gesamtzeit / Drittel _____ / _____

WK-Typ _____

Anzahl Ti / Tu _____

T:

Bewegungsausführung										(max. Abzug 0.10 pro Schritt / Element)			
Low Impact	0.05	0.10			0.05	0.10		0.05	0.10	Abzug	Teileinstufung		
Box Step			Grapevine			Heel Back / Leg Curl				...,.....	optimal	0.00	
Kick			Knee Lift			Lunge					sehr gut	0.10 - 0.05	
Mambo			March / Walk			Pivot Turn					gut	0.35 - 0.15	
Repeater			Side Squat			Side to Side					genügend	0.80 - 0.40	
Step Touch			Tap			V-Step					ungenügend	1.50 - 0.85	
High Impact	0.05	0.10			0.05	0.10		0.05	0.10	Abzug	Teileinstufung		
Chassé			Heel Back / Leg Curl			Jogging				0,.....	optimal	0.00	
Jumping Jack			Kick			Knee Lift					sehr gut	0.10 - 0.05	
Scoop			Side Jack			Side Pump					gut	0.20 - 0.15	
											genügend	0.45 - 0.25	
											ungenügend	0.90 - 0.50	
Elementgruppen	0.05	0.10			0.05	0.10		0.05	0.10	Abzug	Teileinstufung		
Gleichgewicht			Beweglichkeit dynam.			Kraft dynamisch				0,.....	optimal	0.00	
Sprünge			Beweglichkeit statisch			Kraft statisch					sehr gut	0.05	
											gut	0.15 - 0.10	
											genügend	0.30 - 0.20	
											ungenügend	0.60 - 0.35	

Harmonie / Sicherheit (max. Abzug 0.20)						0.05	0.10	Abzug	Teileinstufung
Rhythmus und Bewegung stimmen im Ablauf überein								0,.....	optimal 0.00
Harmonischer Bewegungsfluss									sehr gut 0.05
Fließende Ausführung von Übergängen									gut 0.10
Keine Unsicherheiten sichtbar. Kein Mitzählen während der Übung									genügend 0.15
Kein Aussetzen der Turnenden									ungenügend 0.20

Bewegungsweite (max. Abzug 0.20)						0.05	0.10	Abzug	Teileinstufung
Grosszügige Arm- und Beinbewegungen an Ort oder in einer Fortbewegung								0,.....	optimal 0.00
									sehr gut 0.05
									gut 0.10
									genügend 0.15
									ungenügend 0.20

Engagement (max. Abzug 0.20)						0.05	0.10	Abzug	Teileinstufung
Konstante Leistung mit viel Energie und Körperspannung								0,.....	optimal 0.00
Starke, selbstsichere Ausstrahlung									sehr gut 0.05
Ständiges Mitsingen vermeiden									gut 0.10
									genügend 0.15
									ungenügend 0.20

Synchronität									

Formationen									

Ordnungsabzüge				Abzug		Gesamteinstufung	
Zeit (0.20)	Übertreten (0.10)	Musik (0.20)	Bekleidung (0.20)			optimal	5.00
Altersgrenze (0.50)		Disziplin (0.10-0.50)		Vorführnote		sehr gut	4.60 - 4.95
		Verstösse (0.50-1.00)				gut	4.00 - 4.55
Bemerkungen:			Visum WR:	Ordnungsabzug		genügend	3.00 - 3.95
						ungenügend	1.40 - 2.95