



Anlass \_\_\_\_\_

WK-Zeit \_\_\_\_\_

Verein \_\_\_\_\_

Gesamtzeit / Drittel \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

WK-Typ \_\_\_\_\_

Anzahl Ti / Tu \_\_\_\_\_

T:  

Bewegungsausführung (max. Abzug 0.05 pro Schritt / Element)							
<b>Low Impact</b>	0.05		0.05		0.05	Abzug	Teileinstufung
Box Step		Grapevine		Heel Back / Leg Curl		0,.....	optimal 0.00
Kick		Knee Lift		Lunge			sehr gut 0.05
Mambo		March / Walk		Pivot Turn			gut 0.10
Repeater		Side Squat		Side to Side			genügend 0.30 - 0.15
Step Touch		Tap		V-Step			ungenügend 0.75 - 0.35
<b>High Impact</b>	0.05		0.05		0.05	Abzug	Teileinstufung
Chassé		Heel Back / Leg Curl		Jogging		0,.....	optimal 0.00
Jumping Jack		Kick		Knee Lift			sehr gut 0.05
Scoop		Side Jack		Side Pump			gut 0.10
							genügend 0.20 - 0.15
							ungenügend 0.45 - 0.25
<b>Elementgruppen</b>	0.05		0.05		0.05	Abzug	Teileinstufung
Gleichgewicht		Beweglichkeit dynam.		Kraft dynamisch		0,.....	optimal 0.00
Sprünge		Beweglichkeit statisch		Kraft statisch			sehr gut 0.05
Akrobatik							gut 0.10
							genügend 0.15
							ungenügend 0.35 - 0.20

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 des Paares									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 des Paares									sehr gut 0.05
Ständiges Mitsingen vermeiden									gut 0.10
									genügend 0.15
									ungenügend 0.20

Synchronität (max. Abzug 0.20)						0.05	0.10	Abzug	Teileinstufung
Zeitgleiche Impulse und Einsätze innerhalb des Paares								0,.....	optimal 0.00
Akzente gleichzeitig turnen (ausgenommen Wellenbewegungen „Kanon“)									sehr gut 0.05
Klar koordinierte Arm-, Fuss- und Beinpositionen									gut 0.10
Einheitliche Bewegungsausführung in Grösse und Form									genügend 0.15
									ungenügend 0.20

Formationen									

Ordnungsabzüge				Abzug	.....	Gesamteinstufung	
Zeit (0.20)	Übertreten (0.10)	Musik (0.20)	Bekleidung (0.20)			<b>Vorführnote</b>	.....
Altersgrenze (0.50)		Disziplin (0.10-0.50)	Verstösse (0.50-1.00)	sehr gut	4.65 - 4.95		
Bemerkungen:			Visum WR:	gut	4.30 - 4.60		
				<b>Ordnungsabzug</b>	.....	genügend	3.75 - 4.25
						ungenügend	2.65 - 3.70