



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			0,.....	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)	Vorführnote	.....	optimal 5.00
Altersgrenze (0.50)		Disziplin (0.10-0.50)			.....	sehr gut 4.60 - 4.95
Bemerkungen:		Visum WR:				gut 4.00 - 4.55
				Ordnungsabzug	.....	genügend 3.00 - 3.95
						ungenügend 1.40 - 2.95