Reck K1 2P/2W

Anlass **Datum** **WR**

ABZÜGE:

Reck zu tief (muss höher als Schulter sein)	0.20
Fehlendes Pflicht- oder Wahlelement	je 1.20
Ausgang entspricht nicht der Kategorie	0.30
Kein Ausgang oder nicht zur Auswahl K1-K4	1.20
Unkorrekte Landung, pro Fussabruck je 0.10 Pt	max. 0.40

PFLICHTELEMENTE:

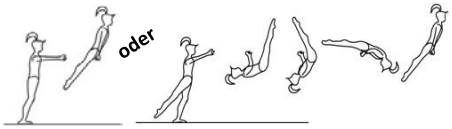
K1-A Aus Stand: Sprung zum Stütz *oder*
Seitstand vl., Felgaufschwung *oder*
Seitstand vl., Felgaufzug

K1-B Aus Stütz: Rschwg zum Niedersprung

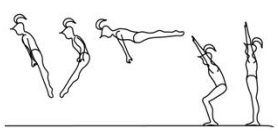
WAHLELEMENTE:

- Einspreizen eines Beines zum Spreizsitz
- Spreizsitz: 1/2 Dr. zum Stütz
- Aus Stütz: Rschwg (nur in Verbindung mit K1-4)
- Felge rw.

K1-A



K1-B



Nr. / Name	Technik 0.5 / Haltung 0.3 / Sturz 0.4 / fehlendes Element 1.2	Landung	Abzüge/Bemerkungen	Note	Endnote

Reck K2 2P/3W

Anlass **Datum** **WR**

ABZÜGE:

Reck zu tief (muss höher als Schulter sein)	0.20
Fehlendes Pflicht- oder Wahlelement	je 1.20
Ausgang entspricht nicht der Kategorie	0.30
Kein Ausgang oder nicht zur Auswahl K1-K4	1.20
Unkorrekte Landung, pro Fussabruck je 0.10 Pt (für beide Ladungen)	max. 0.40

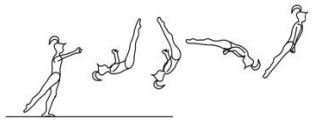
- Minitramp/Reuterbrett für den Eingang ist erlaubt

PFLICHTELEMENTE:

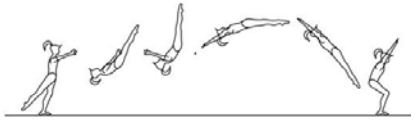
K2-A Seitstand vl., Felgaufschwung *oder*
Seitstand vl., Felgaufzug

K2-B Aus Stand: Unterschwg zum Niedersprung

K2-A



K2-B



WAHLELEMENTE:

- Einspreizen eines Beines zum Spreizsitz
- Spreizsitz: 1/2 Dr. zum Stütz
- Aus Stütz: Rschwg (nur in Verbindung mit K2-4)
- Felge rw.
- Aus Stütz: Rschwg zum Niedersprung

Nr. / Name	Technik 0.5 / Haltung 0.3 / Sturz 0.4 / fehlendes Element 1.2	Landung	Abzüge/Bemerkungen	Note	Endnote

Reck K3 2P/3W

Anlass **Datum** **WR**

ABZÜGE:

Reck zu tief (muss höher als Schulter sein)		0.20
Fehlendes Pflicht- oder Wahlelement	je	1.20
Ausgang entspricht nicht der Kategorie		0.30
Kein Ausgang oder nicht zur Auswahl K1-K4		1.20
Unkorrekte Landung, pro Fussabruck je 0.10 Pt		max. 0.40

- Minitramp/Reuterbrett für den Eingang ist erlaubt
- Hochheben ans hohe Reck in den Hang ist erlaubt

PFLICHTELEMENTE:

K3-A Felge rw.

K3-B Aus Stütz: Unterschwung zum Rschwg *oder*
Aus Stütz: Unterschwung zum Niedersprung

K3-A

K3-B

WAHLELEMENTE:

- Mühlumschwung vw.
- Mühlaufschwung vw.
- Seitstand vl., Felgaufschwung *oder*
  Seitstand vl., Felgaufzug *oder*
  Hang, Felgaufzug
- Aus Stand: Vor- und Rückschweben gegr. oder geb. zum Stand
- Spreizsitz 1/2 Dr. zum Stütz *oder*
  Stütz rl. 1/2 Dr. zum Stütz vl.
- Im Hang: Rück- und Vschwg
- Im Hang: Rschwg zum Niedersprung

Nr. / Name	Technik 0.5 / Haltung 0.3 / Sturz 0.4 / fehlendes Element 1.2	Landung	Abzüge/Bemerkungen	Note	Endnote

Reck K4 2P/3W

Anlass **WR**

ABZÜGE:

Reck zu tief (muss höher als Schulter sein)		0.20
Fehlendes Pflicht- oder Wahlelement	je	1.20
Ausgang entspricht nicht der Kategorie		0.30
Kein Ausgang oder nicht zur Auswahl K1-K4		1.20
Unkorrekte Landung, pro Fussabruck je 0.10 Pt		max. 0.40

- Minitramp/Reuterbrett für den Eingang ist erlaubt
- Hochheben ans hohe Reck in den Hang ist erlaubt

PFLICHTELEMENTE:

K4-A Felge rw.

K4-B Tiefreck: Unterschwünge zum Nsprg.
(40306, 40308, 40309, 40311, 40314 bis 40316, 40318)
Hochreck: Unterschwünge (40303 bis 40318)

K4-A

WAHLELEMENTE (1/2):

- Mühlumschwung vw.
- Mühlaufschwung vw.
- Seitstand vl., Felgaufschwung *oder* Seitstand vl., Felgaufzug *oder* Hang, Felgaufzug
- Stütz vl., Aufgrätschen *oder* Aufbücken zum Stand
- Stütz rl., Aufhocken zum Stand
- Stütz vl., Durchhocken zum Spreizsitz
- 7/8 Bückumschwung vw. mit Griffwechsel

WAHLELEMENTE (2/2):

- Laufkippe *oder* Schwungkippe *oder* Schwebekippe
- Spreizsitz 1/2 Dr. zum Stütz *oder* Stütz rl. oder vl. 1/2 Dr. zum Stütz vl. oder rl.
- Schwunganreisen/Konterschwung
- Im Hang: Rschwg
- Aus Stand: Vor- und Rückschweben gegr. oder geb. zum Stand
- Hangkehre zum Niedersprung

Nr. / Name	Technik 0.5 / Haltung 0.3 / Sturz 0.4 / fehlendes Element 1.2	Landung	Abzüge/Bemerkungen	Note	Endnote