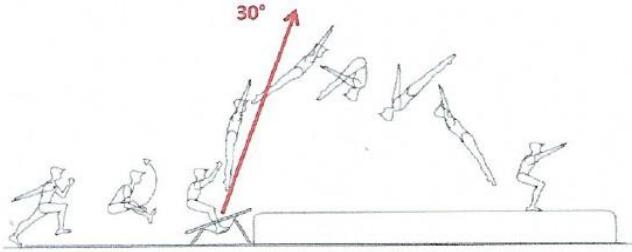
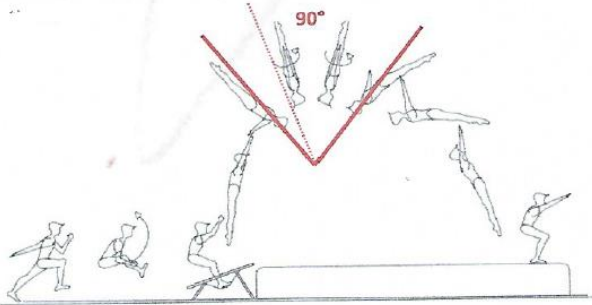
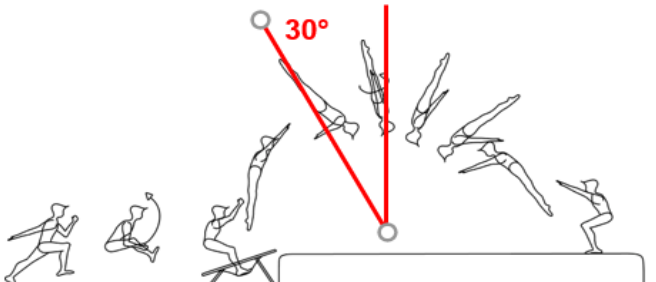


Sprung

AK	<p>Sprung: Körperposition Salto sw. Die Körperposition im Salto sw. am Sprung wird durch die Ausführung definiert. In gehockter und gebückter Variante erfolgt die Rotation in einer C+ Position, bei der gestreckten Ausführung in einem I.</p>	02.23
JK	<p>K3 & K4 (Version Deutsch) Korrektur Steigphase Neu: Absprung im Minitramp sind die Arme in Vor-Hochhalte</p>	10.22
JK	<p>Booster Die Höheneinstellung für die beiden Sprünge wird wie folgt definiert:</p> <ul style="list-style-type: none"> • K1 - Strecksprung: tiefste Einstellung am Booster • K2 - Sprungrolle: höchste Einstellung am Booster <p>Die Einstellung der Federn richtet sich nach den Empfehlungen des Herstellers und ist für beide Kategorien als "BASIC" (Schul- und Breitensport) definiert - d.h., die Federn werden wie angegeben entfernt. Es ist erlaubt, den letzten Schritt auf dem Booster zu machen. Dies wird somit ähnlich gehandhabt wie zuvor beim Reuterbrett.</p>	2020
JK	<p>K1 Strecksprung ab Booster</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frage: Was geschieht, wenn Tu/Ti auf dem Booster stehen bleibt? Antwort: Der Sprung wird mit 0.0 Pt. Bewertet. • Frage: Was geschieht, wenn Absprungpunkt = Landepunkt (Landung auf Booster)? Antwort: Abzug 0.4 Pt (wird als Sturz bewertet) • Absprung Der Absprung vom Booster ist beidbeinig. Bei einbeinigem Absprung wird dies in der Steigphase abgezogen werden. • Der letzte Schritt darf auf dem Booster sein (kein Abzug) 	2020
JK	<p>K2 Sprungrolle mit Booster: Präzisierung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Höhenangabe wird neu definiert. Hüfte mindestens auf Schulterhöhe ab Absprungpunkt. 	2020

AK	<p>Hechtsalto gebückt</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aus sprung kann weniger Steil erfolgen als bei einem normalen Salto gebückt (oder Salto gehockt) • C- Pose bevor Saltodrehung ausgelöst wird 	2015
AK	<p>Salto vw gestreckt mit Drehung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Der Beginn der Schraubendrehung ist abhängig von der Anzahl Drehungen um die Längsachse. • ½ Drehung wird später eingeleitet als eine 1 ½ Drehung • Die Drehung muss jedoch spätestens 45° nach der Senkrechten beendet sein. 	2015
AK	<p>Unterscheidung Barani vom Salto vw. gestreckt mit ½ Dr.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Barani ist nicht gleich Salto vw. gestr. mit ½ Dr. und ist nicht als Element eingestuft. • Bei einem Salto vw. gestr. mit ½ Dr. wird die Drehung ca. bei 30° vor 12 Uhr eingeleitet. Wird die Drehung bereits auf dem Minitramp eingeleitet (Barani) muss ein Abzug in der Aktionsphase von 0.5 Punkte gemacht werden. 	2018
JK / AK	<p>Anlauf</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anlauf ist Pflicht, Länge egal -> wird nicht gewertet 	2020
JK	<p>K3 ¾ Salto gehockt</p> <ul style="list-style-type: none"> • Armhaltung bei der Landung ist frei 	2014

AK

Spreizsalto

2015

- Ablauf: erst steigen, dann spreizen
- Spreizwinkel muss min 120° sein
- Schliessen der Beine vor der Landung abgeschlossen

