

## **Einige Erläuterungen zu den Wettkampffregeln für den Interessierten.**

### Übungsbeginn und Ende

Die Übung muß spätestens 1 Minute nach der Startzeichen des Wettkampfleiters beginnen, sonst erfolgt ein Punktabzug von 0,1.

Das Anspringen zählt noch nicht zur Übung.

Jede Übung besteht aus 10 Sprüngen.

Sie muß kontrolliert, in aufrechter Position, mit beiden Füßen im Tuch beendet werden. Nach dem letzten Übungsteil ist noch ein gestreckter Nachsprung erlaubt, der nicht zur Übung gehört und in der Haltung nicht bewertet wird.

### Körperhaltung

In allen Positionen (außer Grätschen) sollen Füße und Beine geschlossen und Füße und Zehen gestreckt sein. Entsprechend des Übungsteils soll der Körper gehockt, gebückt oder gestreckt sein. Die Arme sollen, wo immer möglich, gestreckt sein und/oder nahe am Körper gehalten werden.

### Wiederholung

In einer Übung darf kein Übungsteil wiederholt werden.

### Übungsabbruch

bei der Pflicht, wenn ein anderes Übungsteil als vorgeschrieben oder in einer anderen Reihenfolge geturnt wird,  
wenn nicht mit beiden Füßen gleichzeitig im Tuch gelandet wird,  
wenn nicht die Rückfederung des Tuches für den nächsten Sprung ausgenutzt wird,  
wenn irgend etwas außer dem Tuch mit dem Körper berührt wird,  
und seit 2009 auch in der Kür jeder Strecksprung.

### Die Wertung

setzt sich zusammen aus Haltungsnote und Schwierigkeit.

### Die Schwierigkeit (SW)

eines jeden Übungsteils berechnet sich aus der Anzahl der Schrauben und Saltodrehungen mit einem Bonus von 0,1 für jeden vollständigen Salto.

Eine halbe Schraube zählt 0,1, ein Viertelsalto auch 0,1,

ein vollständiger Salto gehockt  $4 \times 0,1 + 0,1 = 0,5$ .

Bei der Kür wird die Schwierigkeit von zwei SW-Kampfrichtern berechnet.

Die SW der einzelnen Sprünge wird addiert.

### Die Haltungsnote

geht bei vollständiger Übung von 10 Punkten aus, von der Abzüge wegen schlechter Ausführung abgezogen werden. Je Sprung gibt es einen Punkt, von dem höchstens 0,5 Punkte abgezogen werden dürfen. Von den Noten der 5 Haltungskampfrichter werden die höchste und niedrigste gestrichen, die 3 restlichen werden addiert, bei 10 gültigen Sprüngen also mindestens 15.

### Der Wettkampf

setzt sich zusammen aus einer Qualifikation und dem Finale.

### Die Qualifikation

besteht aus einer Pflicht und einer Kür.

### Die Pflicht

wird in der Ausschreibung je nach Wettkampf und Altersgruppen festgelegt.

Die Startreihenfolge wird ausgelost. In den einfachen Pflichtübungen, L3 bis L8, sind die einzelnen Sprünge festgelegt und nicht änderbar.

Die Pflichtwertung enthält keinen Schwierigkeitswert, da er für alle Springer derselben Gruppe gleich ist.

### In der Kür

hat jeder die Möglichkeit, durch Einbau persönlich bevorzugter, schwieriger Sprünge den Schwierigkeitswert zu steigern. Der Schwierigkeitswert wird einfach addiert, die Haltungsfehler aber werden dreifach abgezogen.

Der Schwierigkeitswert der Kür muß mindestens dem der Pflicht entsprechen.

Das Finale  
bestreiten die 10 Besten aus der Qualifikation.