

## TRAMPOLIN

## Steirische akademische Meisterschaften - SS 2018

WETTKAMPFNUMMER:	876			
WETTKAMPFTERMIN:	Di, 12. Juni 2018, 17:00 Uhr			
WETTKAMPFORT:	USZ-Rosenhain - Saal 3			
TEILNAHME:	Studierende, AbsolventInnen und Bedienstete aller steirischen Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen.			
ANMELDUNG:	<ol> <li>Online über MY USI DATA</li> <li>am USI Mo, Mi u. Fr von 8-12 Uhr / Di u. Do 8-12 und 13-15 Uhr</li> <li>per E-Mail unter: <u>usigraz@uni-graz.at</u></li> <li>Nachnennung nach Nennschluss (wenn möglich)</li> </ol>			
NENNGELD:	<ul> <li>1. Online, am USI oder per E-Mail bis zum Nennschluss € 6</li> </ul>			
NEMIOLES.	2. Nachnennung nach Nennschluss € 8			
NENNSCHLUSS:	Fr, 08. Juni 2018, 12:00 Uhr			
AUSTRAGUNGSMODUS:	Trampolinspringen (Großgerät) - Einzelwettkampf:  A-Bewerbe: je ein Bewerb Damen und Herren (offen)  B-Bewerbe: je ein Bewerb Damen und Herren (für Nicht-Vereinsspringer)  Trampolinspringen (Großgerät) - Synchronwettkampf:  A-Bewerb: Damen, Herren oder gemischt (offen)  B-Bewerb: Damen, Herren oder gemischt (für Nicht-Vereinsspringer)  1. Der Wettkampf besteht aus einer Pflichtübung u. einer Kürübung im Vorkampf sowie einer Kürübung im Finale  2. Pflicht- u. Kurübungen bestehen aus je 10 Übungsteilen  3. Es gelten die internationalen Wettkampfregeln der FIG mit den entsprechenden Adaptionen des ÖFT (siehe www.oeft.at)  4. Alle Teilnehmer starten auch im Finale. Der Wettkämpfer mit der niedrigsten Vorkampfpunktezahl beginnt. Sieger ist der Wettkämpfer mit der höchsten Gesamtpunktezahl aller 3 Übungen.			
PFLICHTÜBUNG:	L0 oder schwieriger laut ÖFT-Reglement (L1-L10, FIG B oder FIG A, siehe Rückseite)			
ZEITPLAN:	17:00 Uhr: Einturnen 18:00 Uhr: Abgabe der Wettkampfkarten 19:00 Uhr: Wettkampfbeginn 20:00 Uhr: Finale 21:00 Uhr: Siegerehrung			
WETTKAMPFLEITUNG:	DI Dr. Dieter <b>HAYN</b>			
HAFTUNG bei UNFÄLLEN:	AFTUNG bei UNFÄLLEN: Die Teilnahme am Universitätssport erfolgt auf eigene Gefahr. Nähere Informationen siehe USI-Infoheft SS 2018 bzw. unter: www.usigraz.at.			

Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen unter www.usigraz.at

Tel.: +43 (0)316 380 2255

LO Ubung 1  1.10 verschiedene Sprünge 2. ½ Drehung zum Sitz 2. ½ Drehung zum Sitz 3. ½ Drehung zum Sitz 4. ½ Drehung zum Sitz 5. Ş Verehung zum Sitz 6. 117 Füßsprungdrehung 7. Gristschwickelisprung 8. Sprüng zum Sitz 6. 117 Füßsprungdrehung 8. Drehung zum Sitz 9. Drehung zum Sitz 9. Drehung zum Sitz 9. Drehung zum Sitz 9. Sprüng zum Sitz 9. Sprüng zum Sitz 9. Drehung zum Sitz 9. Sprüng	Anforderungen	Übungsbeispiel	Anforderungen	Übungsbeispiel
1. 10 verschiedene Sprünge 2. M Dehung zum Sitz 3. M Dehung zum Sitz 4. Sprüng zum Sitz 4. Sprüng zum Sitz 4. Sprüng zum Sitz 5. Sprüng zum Sitz 6. Sprüng zum Sitz 7. Crästschwiskelprüng 8. Mindestschw: 0.4  Wettkampfwert: 0.0  Wettkampfwert: 0.0  Ubung 2  L2 — OFT Jugendklasse 2 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Sprüng zum Sitz 6. Sprüng zum Si				
2. ½ Drehung zum Size 3. ½ Drehung zum Size 3. ½ Drehung zum Stand aus 4. Fullsprung ein Size 5. ½ Fullsprung zum Stand 4. Fullsprung ein Size 5. ½ Fullsprung zum Stand 6. Mindestschw: 0. 4 8. Ø Fullsprung zum Stand 9. Mindestschw: 0. 6 8. Ø Fullsprung zum Stand 9. Mindestschw: 0. 6 8. Ø Fullsprung zum Stand 9. Ø Fullsprung zum				
3. ½ Dehung zum Stand aus dem Stz 4. Sprung zum Stand zu 5. Sprung zum Stand 2. Sprung zum Stand 3. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 4. Sprung zum Stand 5. Spr	1. To volucino acido aprango		1. To voicemedane opiunge	
dem Sitz * 4, Sprung zum Stard * 6, Sprung zum Stard * 7, Gräschwinkelegrung * 7, Graschwinkelegrung * 1, Graschwinkelegrung *	2. ½ Drehung zum Sitz	3. ½ Drehung zum Stand	2. ½ Drehung zum Sitz	3. Fußsprung c (Hocke)
4. Sprung zum Stand 5. Mindestschw: 0.4 6. Mindestschw: 0.6 6. Min	3. ½ Drehung zum Stand aus	4. Fußsprung c (Hocke)	3. ½ Drehung zum Stand aus dem Sitz	Sprung zum Sitz
5. 1/1 Fulsprungdrehung 6. Mindestschw: 0.6 6. Mindestschw: 0.6 6. Mindestschw: 0.1 7. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 9. Sprung zum Stand 9. Fulsprungheitung 9. Hocke 9.	dem Sitz			
6. Mindestschw.: 0.4  Wettkampfwert: 0.1  L2 = OFT Jugendklasse 2  Ubung 2  1. V. Drehung zum Stand 2  Sprung zum Bauch 3, 1f Fußsprungdrehung 2  Sprung zum Bauch 4, Sprung zum Stand 6  S. Sprung zum Bauch 5, Sprung zum Stand 6  S. Sprung zum Stand 7  S. Sprung zum Stand 8  S. Mindestschw: 0.8  Wettkampfwert: 0.2  L4 - OFT Jugendklasse 1  L4 - OFT Jugendklasse 2  Satto rv. c  S. Satto rv. c  S. Satto vv. c  S. Shindestschw: 1.8  T. Sprung zum Stand 6  S. Drehung zum Stand 7  S. Satto rv. c  S. Satto rv. c	4. Sprung zum Sitz	Sprung zum Stand	5. Sprung zum Bauch	Grätschwinkelsprung
6. Mindestschw: 0.4 b. Fullsprungs b (Blacke) 10. 11 Fullsprungs b (Blacke) 10. 11 Fullsprungschelung 2 b. 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 11 Verschiedene Sprünge 1. 11 Verschiedene Sprünge 1. 12 Sprung zum Stand 2. 2 Max. 9 Sprüng mit «11 Saltor via der Rücken 2. 11 Verschiedene Sprünge 1. 12 Marchiedene Sprünge 1. 13 Marchiedene Sprünge 1. 13 Marchiedene Sprünge 1. 14 Verschiedene Sprünge 1. 15 Marchiedene Sprünge 1. 16 Verschiedene Sprünge 1. 16 Verschiedene Sprünge 1. 16 Verschiedene Sprünge 1. 17 Verschiedene Sprünge 1. 18 Marchiedene Sprünge 1. 18 Marchiedene Sprünge 1. 18 Marchiedene Sprünge 1. 18 Marchiedene Sprünge 1. 19 Verschiedene Sprünge 1. 19 Verschieden	5. 1/1 Fußsprungdrehung	7. Grätschwinkelsprung		
Wettkampfwert: 0.1  L2 — OFT Jugendklasse 2  L2 — OFT Jugendklasse 2  L2 — OFT Jugendklasse 2  L3 — Schwierigkeit: 0.6  L3 — Schwierigkeit: 0.6  L3 — Schwierigkeit: 0.6  L5 — OFT Jugendklasse 2  L5 — OFT Jugendklasse 2  L5 — OFT Jugendklasse 3  L5 — OFT Jugendklasse 3  L5 — OFT Jugendklasse 4  Sprung zum Bauch 4  Sprung zum Rücken 5  Sprung zum Stand aus der 6  Rückenlage 7  Rückenlage 7  Rückenlage 7  Rückenlage 8  Mettkampfwert: 0.2  L4 — OFT Jugendklasse 1  L4 — OFT Jugendklasse 1  L4 — OFT Jugendklasse 1  L5 — O			6. Mindestschw.: 0.6	
Schwierigkeit: 0.6   Schwierigkeit: 0.6   Schwierigkeit: 0.6   Subung 2	6. Mindestschw.: 0.4			
L2 — OFT Jugendklasse 2  Li Overschiedene Sprünge  1			Wettkampfwert: 0.1	
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Sprung zum Bauch 3. Füssprung zum Stard 4. Sprung zum Stard 5. Sprung zum Stard 6. Mindestschw: 0.8 6. Mindestschw:		<u> </u>		
2. Sprung zum Bauch 3. 17 Füßsprung ef Hooke 4. Sprung zum Klacken 5. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 6. Sprung zum Stand 7. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 9. Füßsprung h (Bücke) 10. 17 Füßsprung h (Bücke) 10. 17 Füßsprung heite 0.8 11. 10 verschiedene Sprünge 1. Saltor w. c 12. Sprüng zum Stand 13. Saltor w. c 14. Sprüng zum Stand 15. Mindestschwi. 1.8 16. Mindestschwi. 1.8 17. Füßsprungdehung 18. Hir Füßsprungdehung 19. Hocke 10. Saltor w. a 18. Hir Füßsprungdehung 19. Hocke 10. Saltor w. a 18. Hir Füßsprungdehung 19. Hocke 10. Saltor w. a 18. Hir Füßsprungdehung 19. Hocke 11. Verschiedene Sprünge		Ubung 2	L3	Ubung 3
2. Sprung zum Bauch 3. 17 Füßsprung ef Hooke 4. Sprung zum Klacken 5. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand 6. Sprung zum Stand 7. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 9. Füßsprung h (Bücke) 10. 17 Füßsprung h (Bücke) 10. 17 Füßsprung heite 0.8 11. 10 verschiedene Sprünge 1. Saltor w. c 12. Sprüng zum Stand 13. Saltor w. c 14. Sprüng zum Stand 15. Mindestschwi. 1.8 16. Mindestschwi. 1.8 17. Füßsprungdehung 18. Hir Füßsprungdehung 19. Hocke 10. Saltor w. a 18. Hir Füßsprungdehung 19. Hocke 10. Saltor w. a 18. Hir Füßsprungdehung 19. Hocke 10. Saltor w. a 18. Hir Füßsprungdehung 19. Hocke 11. Verschiedene Sprünge	1. 10 verschiedene Sprünge	1 ½ Drehung zum Sitz	1. 10 verschiedene Sprünge	1. ½ Fußsprungdrehung
4. Sprung zum Ricken 5. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand aus der Rückenings zum Stand aus der Rückenings zum Stand 6. Mindestschw.: 0.8  4. Sprung zum Stand 6. Sprung zum Stand 6. Sprung zum Stand 7. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 9. Sp		2 ½ Drehung zum Stand	1 0	
4. Sprung zum Ricken 5. Sprung zum Stand 5. Sprung zum Stand aus der Rückenings zum Stand aus der Rückenings zum Stand 6. Mindestschw.: 0.8  4. Sprung zum Stand 6. Sprung zum Stand 6. Sprung zum Stand 7. Sprung zum Stand 8. Sprung zum Stand 9. Sp	2. Sprung zum Bauch	3 Fußsprung c (Hocke)	2. Max. 9 Sprünge mit <1/1 Saltorotation	3. Sprung zum Rücken
5. Sprung zum Stand aus der Rückenlagen (5. Grätschwinkelsprung 7 Sprung zum Bauch 8 Brung zum Bauch 8 Brung zum Bauch 8 Brung zum Bauch 9 Füßsprung derhung 2 Füßsprungderhung 9 Füßsprung derhung 2 Füßsprungderhung 9 Füßsp				
5. Sprung zum Stand aus der Rückenlagen (5. Grätschwinkelsprung 7 Sprung zum Bauch 8 Brung zum Bauch 8 Brung zum Bauch 8 Brung zum Bauch 9 Füßsprung derhung 2 Füßsprungderhung 9 Füßsprung derhung 2 Füßsprungderhung 9 Füßsp			Rückensprung	
Rückerlage 6. Mindestschw.: 0.8 6. Sinung zum Stand 9. Fußsprung bei (Bücke) 10. 17 Fußsprungdrehung Schwierigkeit: 0.8 8. Sprung zum Stand 9. Fußsprung bei (Bücke) 10. 17 Fußsprungdrehung Schwierigkeit: 0.8 8. The Sußsprungdrehung Schwierigkeit: 0.8 8. Sprung zum Stand 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Saltor w. c 3. Blücke 2. Seltor w. c 3. Blücke 3. Saltor w. fereing zum Bauch 6. Worthung zum Bauch 6. Worthung zum Bauch 6. Worthung zum Bauch 7. Sprung zum Stand 8. 17 Fußsprungdrehung 8. Hocke 10. Saltor w. c 10. Saltor w.			4. Salto vw. frei oder	
8. Sprung zum Stand 9 Fullsprung b (Bicke) 10 1/1 Fullsprungdrehung 9 Schwierigkeit: 0.8  Wettkampfwert: 0.2  L4 - OFF Jugendklasse 1 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Saltor w. c 3. Saltor w. fer 4 ½ Drehung zum Bauch 5. Mindestschw: 1.1 10 verschiedene Sprünge 2. Saltor w. c 3. Saltor w. fer 4 ½ Fullsprungdrehung 3. Blücke 4 ½ Drehung zum Bauch 5. Mindestschw: 2.5 5. Mindestschw: 2.3 5. Mindestschw: 2.5 5			Bauchsprung	
S. Mindestschw:: 0.3   S. Mindestschw:: 1.3   S. Mindestschw:: 2.5			3,11,11,11	
## Wettkampfwert: 0.2  ## L4 — OFT Jugendklasse 1  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Saltor w. c 3. Saltor w. c 3. Saltor w. c 3. Saltor w. c 3. Saltor w. c 4. ½ Drehung zum Stand 6. ½ Drehung zum Stand 6. ½ Drehung zum Bauch 5. Mindestschw.: 1.8 5. Mindestschw.: 1.8 6. Übung 4  ## Wettkampfwert: 0.4  ## Wettkampfwert: 0.4  ## Wettkampfwert: 0.4  ## Wettkampfwert: 0.4  ## Wettkampfwert: 0.5  ## Wettkampfwert: 0.6  ## Wettkampfwert: 0.6  ## Wettkampfwert: 0.7  ## Wettkampfwert: 0.8	6. Mindestschw.: 0.8	9 Fußsprung b (Bücke)	5. Mindestschw.: 1.3	
Metkampfwert: 0.2   Schwierigkeit: 0.8		10 1/1 Fußsprunadrehuna		
1. 10 verschiedene Sprünge	Wettkampfwert: 0.2		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Saltor w. c 2. Saltor w. c 3. Sücke 3. Salto w. trei 4. ½ Drehung zum Sitz 4. ½ Drehung zum Sitz 5. ½ Drehung zum Sitz 6. ½ Metikampfwert: 0.5 8. ½ Metikampfwert:	I 4 - ÖFT Jugendklasse 1	Ühung 4	15 – ÖFT Juniorenklasse	Ühung 5
2. Salto rw. c 3. Bücke 3. Salto vw. frei 4. ½ Drehung zum Bauch 5. Mindestschw.: 1.8 7. Sprung zum Stand 6. ½ Drehung zum Bauch 5. Mindestschw.: 1.8 7. Sprung zum Stand 6. ½ Drehung zum Bauch 5. Mindestschw.: 1.8 8. 1/1 Fulsprungdrehung 9. Hocke 10. Salto vw. c Schwierigkeit: 1.8  LG — ÖFT Eliteklasse  Ubung 6 1. 1. Varschiedene Sprünge 2. Barani frei 3. ½ Salto vw. a a 2. Sprung zum Stand 3. ½ Salto vw. a a 2. Sprung zum Stand 3. ½ Salto vw. c 3. Salto vw. c 3. Salto vw. a a 2. Sprung zum Stand 3. ½ Salto vw. a a 2. Sprung zum Stand 3. ½ Salto vw. a a 3. ½ Salto vw. a a 4. Salto vw. b 5. Mindestschw.: 2.5 9. ½ Salto vv. a 1. 1. 10 verschiedene Sprünge 1. ½ Salto vv. a 2. Sprung zum Stand 3. ½ Salto vw. a oder 4. Salto vv. a 5. Salto vv. a 6. Salto rv. a 7. Yelusprungdrehung 8. Hocke 9. Salto vv. a 1. Verschiedene Sprünge 1. ½ Salto vv. a 1. Sal				
2. Saltor Nr. c 3. Saltor Nr. c 4. ½ Drehung zum Stard 6. ½ Drehung zum Stard 8. ½ Saltor Nr. c 10. Saltor Nr. c 10. Saltor Nr. c 10. Saltor Nr. c 10. Saltor Nr. c 11. 10 verschiedene Sprünge 11. ½ Saltor Nr. a 12. Saltor Nr. c 13. Saltor Nr. c 14. Śaltor Nr. c 15. Saltor Nr. c 15. Saltor Nr. c 15. Saltor Nr. a 15. Saltor Nr. c 15. Saltor Nr. c 16. Saltor Nr. c 17. Hocke 18. Hocke 19. Saltor Nr. c	1. To verschiedene Oprunge		1. To verschiedene Oprdrige	
3. Salto vw. frei 4. ½ Drehung zum Bauch 5. ½ Drehung zum Bauch 5. ½ Drehung zum Bauch 6. ½ Drehung zum Bauch 7. Şprung zum Stand 6. ½ Drehung zum Bauch 7. Şprung zum Stand 8. 1/1 Fußsprungdrehung 9. Hocke 10. Salto vw. c Schwierigkeit: 1.8  LG — ÖFT Eliteklasse Ubung 6 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Sprung zum Stand 3. Grätschwinkelsprung 3. ½ Salto vw. a under 2. Sprung zum Stand 3. Grätschwinkelsprung 3. ½ Salto vw. a under 4. Salto rw. b 5. Mindestschw.: 2.5  Mettkampfwert: 0.5  Mettkampfwert: 0.6  Mettkampfwert: 0.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 2.5  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 2.5  Mettkampfwert: 0.7  M	2 Salto rw c		2.2 Saltos rw. aus a hundic	
4. ½ Derhung zum Bauch 6. ½ Drehung zum Bauch 7. Šprung zum Stand 8. 1/1 Fußsprungdrehung 9. Hocke 10. Salto w. c Schwierigkeit: 1.8  LG — ÖFT Eliteklasse 1. ½ Salto rw. a 2. Šprung zum Stand 3. ½ Salto w. a 2. Šprung zum Stand 3. ½ Salto w. a 3. ½ Salto w. b 5. Salto w. a 4. Šalto rw. b 5. Salto w. a 6. Bücke 7. Salto rw. a 9. ½ Salto to w. a 10. Sprung zum Stand Schwierigkeit: 2.5  LT  Ubung 6 1. ½ Salto rw. a 2. Šprung zum Stand 3. ½ Salto w. a 2. Šprung zum Stand 3. ½ Salto w. a 2. Šprung zum Stand 3. ½ Salto w. a 3. ½ Salto w. a 4. Salto rw. b 5. Salto rw. b 5. Salto rw. a 5. Salto rw. a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 7. ½ Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 7. ½ Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 7. Kindestschw:: 3.0  Wettkampfwert: 0.6  LB — FIG 11-12-jährige  Ubung 8  L9 — FIG 13-14-jährige  Ubung 8  L9 — FIG 13-14-jährige  Ubung 8  L9 — FIG 13-14-jährige  Ubung 10  1. ½ Salto rw. a 1. ½ Salto rw. a 1. 1. 10 verschiedene Sprünge 4. Salto rw. b 5. Saltor w. a 10. Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 5. Saltor w. a 10. Babyliffis c 5. Survierigkeit: 4.2  L10 — FIG 15-16-jährige  Ubung 10  FIG B — FIG Juniorenklasse  I. 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. a 10. Babyliffis c 5. Survierigkeit: 4.9  L10 — FIG 15-16-jährige  Ubung 10  FIG B — FIG Juniorenklasse FIG A — FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ 3. Grätschwinkelsprung 4. Saltor w. a 10. Babyliffis b 5. Barani a 6. Saltor w. a 10. Babyliffis b 6. Saltor w. a 11. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ 3. Grätschwinkelsprung 4. Saltor w. a 10. Babyliffis b 5. Barani a 6. Saltor w. a 10. Babyliffis b 6. Saltor w. a 11. 10 verschiedene Sprünge 11. ½ Saltor w. a 12. Sprung zur Bauch- oder 12.			· ·	
5. Mindestschw.: 1.8 Wettkampfwert: 0.4 Wettkampfwert: 0.4  Wettkampfwert: 0.5  Mindestschw.: 2.5  Mindestschw.: 2.5  Mindestschw.: 2.5  Mindestschw.: 2.5  Mettkampfwert: 0.5  Wettkampfwert: 0.5  Mettkampfwert: 0.5  Wettkampfwert: 0.5  Mettkampfwert: 0.5  Wettkampfwert: 0.5  Mettkampfwert: 0.5  Mindestschw.: 2.5  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.6  Mettkampfwert: 0.6  Mettkampfwert: 0.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.0  Mettkampfwert: 0.6  Mettkampfwert: 0.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mettkam				
5. Mindestschw:: 1.8  Wettkampfwert: 0.4  Wettkampfwert: 0.5  No salto w. c	4. /2 Drending Zum Bauch		4. /4 Sallo VW. a	
Wettkampfwert: 0.4  8. 1/i Fußsprungdrehung 9. Hocke 10. Salto vw. c Schwierigkelit: 1.8  L6 — ÖFT Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Barani frei 3. ½ Salto vw. a 3. Grätschwinkelsprung 3. ½ Salto w. a doer 4. Salto vw. a 5. Salto vw. a 6. Salto rw. a 7. ¼ Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. ¼ Salto vw. a 1. 10 verschiedene Sprünge 1. ½ Salto rw. a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 7. ¼ Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. frei 4. Salto rw. b 6. Salto rw. a 7. ¼ Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. a 7. ¼ Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. a 7. ¼ Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. a 7. ¼ Salto rw. a 8. Salto rw. a 9. ¾ Salto rw. a 1. 10 verschiedene Sprünge 1. ¼ Salto rw. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1 1 Yeschraubensalto rw. 8. Salto rw. a 10. Babyliffilis b 8. Salto rw. a 10. Babyliffilis b 8. Barani a 1. 10 verschiedene Sprünge 1. ¼ Salto rw. a 10. Babyliffilis b 8. Barani a 10. Babyliffilis b 8. Hocke 9. ¼ Salto rw. a 10. Babyliffilis b 8. Hocke 11. 10 verschiedene Sprünge 12. ¼ Salto rw. a 13. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 14. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 15. Barani a 6. Salto rw. a 17. ¼ Salto rw. a 18. Salto rw. a 19. ¼ Salto rw. a	5 Mindestechw : 1.8		5 Mindestschw : 2 5	
Wettkampfwert: 0.4   9. Hocke   10. Salto vw. c   Schwierigkelit: 1.8   1. Salto vw. c   Schwierigkelit: 1.8   1. 10 verschiedene Sprünge   1. ½ Salto rw. a   2. Sprung zum Stand   2. Sprung zum Stand   2. Sprung zum Stand   3. Sprung zum Stand   4. Salto rw. b   5. Salto rw. b   5. Salto rw. b   5. Salto rw. a   6. Salto rw. a   7. Cody free deer Babyfliffis free   8. Salto rw. c   9. Salto rw. a   1. 10 verschiedene Sprünge   1. ½ Salto rw. a   1. 10 verschiedene Sprünge   1. ½ Salto rw. a   1. 10 verschiedene Sprünge   1. ½ Salto rw. a   1. 10 verschiedene Sprünge   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Bauchlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Rückenlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Rückenlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Rückenlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Rückenlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Rückenlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Rückenlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Rückenlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Rückenlandung   1. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung zur Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a   1. Sprung z	5. Williaestschw 1.0		3. Willidestschw 2.3	
10. Salto vw. c	Wettkamnfwert: 0.4		Wettkamnfwert: 0.5	
Schwierigkeit: 2.5   Schwierigkeit: 2.5	Wettkampiwert. 0.4		Wettkampiwert. 0.5	
L6 — ÖFT Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Barani frei 3. K Salto w. a oder 4. Salto rw. a 5. Salto rw. a 5. Salto rw. a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 7. Windestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 0.6  L8 — FIG 11-12-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ½ 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. K Salto rw. a 7. Mindestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 0.8  Wettkampfwert: 0.8  L9 — FIG 13-14-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ½ Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 8. Salto rw. a 9. Salto rw. a 10. Babyfilifis c Schwierigkeit: 4.9  L10 — FIG 15-16-jährige  L1				
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Barani frei 3. % Salto w. a oder 3. % Salto w. a oder 4. Salto w. a 5. Salto w. a 6. Salto rv. b 5. Barani a 6. Salto rv. a 6. Salto rv. a 7. % Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rv. c 7. Mindestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 0.6 Wettkampfwert: 0.7 Wettkampfwert: 0.8  Wettkampfwert: 0.8  Wettkampfwert: 0.8  Wettkampfwert: 0.8  Wettkampfwert: 0.8  Wettkampfwert: 0.8  L1 . % Salto rv. a 2. Sprung zur Bauchondung 4. Salto rv. a 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rv. b 5. Barani a 6. Salto rv. a 7. V. Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rv. c 10. 1/1 Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rv. c 10. 1/1 Fußsprungdrehung 8. Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7 Wettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  I blung 8  1. 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 1. 2 Salto rv. a 1. 5 Salto rv. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 5. Kalto rv. b 5. Salto rv. a 7. Cody frei oder Babyfliffis frei 8. Salto rv. a 10. Sprüng zur Stand 8. Salto rv. a 10. Sprüng zur Stand 8. Salto rv. a 10. Sprüng zur Stand 8. Salto rv. a 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 12. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 13. Sprung zur Bauchlandung 14. Salto rv. b 15. Barani a 17. Cody frei oder Babyliffis frei 17. Hocke 18. Aslto rw. a 19. Aslto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge	I 6 - ÖFT Flitaklassa		17	
2. Barani frei 3. % Salto rw. a oder % Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 7. % Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. c 7. Mindestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 0.6  L8 - FIG 11-12-jährige 1. % Salto rw. a 2. Mind. 7 Sprünge mit mind. % 5. Salto rw. a 7. % Fußsprungdrehung 8. Mindestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 0.6  L8 - FIG 11-12-jährige 1. % Salto rw. a 2. Cody c 3. Barani a 6. Salto rw. a 7. Cody frei oder Babyfliffis frei 8. Mindestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 0.7  L9 - FIG 13-14-jährige 1. % Salto rw. a 2. Cody c 3. Salto rw. c 9. % Salto rw. a 1. 10 verschiedene Sprünge 4. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 1. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 1. Sprung zur Rückenlandung 8. Salto rw. a 9. % Salto rw. a 1. Sprung zur Rückenlandung 4. Salto rw. a 1. Sprung zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 1. Sprung zur Rückenlandung 6. Salto rw. a 7. Hocke 9. Salto rw. a 1. Sprung zur Rückenlandung 6. Salto rw. a 7. Hocke 9. Salto rw. a 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 3. Brani a 6. Salto rw. a 2. Cody c 3. Salto rw. a 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 9. Salto rw. a 2. Cody c 3. Brani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 9. Salto rw. a 7. Hocke 1. Sprung zur Bauchlandung 1. Sprung zur Bauchlandung 1. Sprung zur Bauchlandung 1. Sprung zur Bauchlandung 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3 3. Brani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 9. Salto rw. a 7. Hocke 9. Salto rw. a 1. Sprung zur Bauchlandung 1. Salto rw. a 1. Sprung zur Bauchlandung 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3 3. Brani a 6. Salto rw. a 1. Overschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3 3. Brani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 9. Salto rw. a 1. Sprung zur Bauchlandung 1. Sprung zur Bauchlandung 1. Sprung zur Bauchlandung 1.				
2. Barani frei 3. % Salto vw. a oder 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. d 6. Salto rw. a 6. Salto rw. b 7. % Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. c 7. Mindestschw: 3.0 Wettkampfwert: 0.6  L8 - FIG 11-12-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 7. Mindestschwiselsprung 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Mindestschw: 3.0 Wettkampfwert: 0.6  L9 - FIG 13-14-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 7. Hocke 9. Kalto rw. a 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 1. W Salto rw. a 1. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 1. Sprung zur Bauchlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 4. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 5. Barani a 6. Salto rw. a 11. V Salto rw. a 12. Cody c 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 4. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 5. Barani a 6. Salto rw. a 11. V Salto rw. a 12. Cody c 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 4. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 10. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 10. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 5. Barani a 10. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 10. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Sprung zur Bauchlandung 6. Salto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ 3. Salto rw.	1. To verschiederie Sprunge		1. To verschiederie Sprunge	
4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. ½ Fußsprungdrehung 6. Salto rw. a 7. ½ Fußsprungdrehung 8. Salto rw. b 7. ½ Fußsprungdrehung 8. Salto rw. b 7. ¼ Fußsprungdrehung 8. Salto rw. c 7. Mindestschw: 3.0 Wettkampfwert: 0.6  L8 - FIG 11-12-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. Barani a 4. ½ Salto rw. a 7. Cody frei oder Babyfliffis frei 8. Salto rw. c 7. Cody frei oder Babyfliffis frei 8. Salto rw. c 9. ½ Salto rw. c 9. ½ Salto rw. c 9. ½ Salto rw. c 10. Sprüng zum Stand 9 Schwierigkeit: 3.6  L9 - FIG 13-14-jährige 1. ½ Salto rw. a 2. Cody c 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. Sprünge mit mind. 4. Salto rw. a 2. Cody c 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Cody frei oder Babyfliffis frei 8. Wettkampfwert: 0.7  L9 - FIG 13-14-jährige 1. ½ Salto rw. a 2. Cody c 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ 3. Grätschwinkelsprung 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Ji Sprung zur Bauchlandung 6. Salto rw. a 7. Hocke 9. ½ Salto rw. a 7. Cody frei oder Babyfliffis frei 8. Wettkampfwert: 0.7  L9 - FIG 13-14-jährige 1. ½ Salto rw. a 2. Cody c 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. a 7. Un verschiedene Sprünge 7. Mindestschw: 3.0  Wettkampfwert: 1.0  PIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas 1. 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ 3. Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- 0 der Rückenlandung in Kombination mit 0 punkt 5  Wettkampfwert: 1.4	2. Barani froi		2 Mind 7 Spriings mit mind 3/	
## Salto rw. frei ## Salto rw. a ## Salto rw. b ## Salto rw. a ## Salto rw. b ## Salto rw. a ##				
4. Saltor w. a 5. Saltor w. a 5. Saltor w. c 5. Saltor w. c 6. Saltor w. c 7. Mindestschw:: 3.0 Wettkampfwert: 0.6  LB - FIG 11-12-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprung zur Rückenlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Saltor w. a 7. Hooke 8. Saltor w. c 9. Saltor w. c 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 8. Saltor w. c 9. Saltor w. a 10. Babyliiffis b 11 Sprung zur Ruckenlandung 12 Sprünge mit mind. 3 8. Mindestschw:: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  Vbung 9 1. 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 1 Sprung zur Ruckenlandung 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 8. Saltor w. c 9. % Saltor w. a 10. Babyliiffis b 11 Sprung zur Ruckenlandung 12 Sprünge mit mind. 3 8. Saltor w. a 12 Sprünge mit mind. 3 8. Saltor w. a 12 Sprünge mit mind. 3 8. Mindestschw:: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  Vbung 9 1. 1. 4 Salto m. a 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 8. Saltor w. c 9. % Saltor w. c 10. Babyliiffis b 11 Overschiedene Sprünge 12 Mind 9 Sprünge mit mind. 3 13 Dopplesaltor w. oder rw. mit oder ohne Sprüng				
5. Saltor w. b 6. Saltor w. c 7. Mindestschw.: 3.0 y Saltor w. c 7. Mindestschw.: 3.0 y Schwierigkeit: 3.0 y Schwierigkeit: 3.0 y Schwierigkeit: 3.0 y Saltor w. a 10. 1/1 Fußsprungdrehung Schwierigkeit: 3.0 y Schwierigkeit: 3.6 y Schwierigk				
6. Salto rw. c 7. Mindestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 0.6 L8 - FIG 11-12-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Cody c 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Salto rw. a 7. Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7 Wettkampfwert: 0.7 Wettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  Wettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  Wettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  Wettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mettkampfwert: 0.8  Mindestschw.: 3.6  Mindestschw.: 3.6  Mettkampfwert: 0.7  Mindestschw.: 3.6  Mindestschw.: 3				
7. Mindestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 0.6  L8 - FIG 11-12-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge  2. Cody c 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 10. Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Sprünge mit mind. 3. 1 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprünge zur Rückenlandung 4. 1 Sprüng zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 10. Babyfiiffis b 8. Salto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 12. Mind 9 Sprünge mit mind. 3. 13. Sprünge zur Rückenlandung 14. Salto rw. a 15. Salto rw. a 16. Salto rw. a 17. Hocke 17. Hocke 18. Salto rw. a 19. Salto rw. a 10. Babyfiiffis b 10. Babyfiiffis b 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 12. Cody c 13. Grätschwinkelsprung 14. Salto rw. a 15. Salto rw. a 16. Salto rw. a 17. Hocke 17. Hocke 18. Salto rw. a 18. Salto rw. a 19. Salto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 19. Kalto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 12. Vil Schraubensalto rw. 13. Salto rw. a 14. Salto rw. b 15. Barani a 15. Salto rw. a 16. Salto rw. a 17. Hocke 17. Hocke 18. Salto rw. a 18. Salto rw. a 19. Kalto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 19. Kalto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 10. Salto rw. a 10. Babyfiiffis b 11. Salto rw. b 11. 10 verschiedene Sprünge 12. Mind 9 Sprünge mit mind. 3. 13. Sprünge rit mind. 3. 15. Salto rw. a 15. Salto rw. a 15. Salto rw. a 16. Salto rw. a 17. Hocke 17. Salto rw. b 17. Schraubensalto rw. 17. Salto rw. a 18. Salto rw. a 19. Salto vw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschiedene Sprünge 11. 10 verschieden			- , ,	
7. Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 0.6 Schwierigkeit: 3.0 Wettkampfwert: 0.7 Schwierigkeit: 3.6 Schwierigkeit: 3.6 Wettkampfwert: 0.7 Schwierigkeit: 3.6 Schwierigkeit: 3.6 Wettkampfwert: 0.7 Schwierigkeit: 3.6 Wettkampfwert: 0.7 Schwierigkeit: 3.6 Wettkampfwert: 0.7 Schwierigkeit: 3.6 Schwierigkeit: 3.6 Wettkampfwert: 0.7 Schwierigkeit: 3.6 Schwierigkeit: 3.6 Wettkampfwert: 0.7 Schwierigkeit: 3.6 Schwierigke	o. Sallo IW. C			
Wettkampfwert: 0.6  L8 — FIG 11-12-jährige  1. ½ Salto rw. a 2. Cody c 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 3.6  Wettkampfwert: 1.0  Schwierigkeit: 3.6  L1 0 verschiedene Sprünge 1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.9  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.9  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.9  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.9  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit der Rickenlandung 10. Babyfliffis c 10. Salto rw. a 10. Babyfliffis c 10. Babyfliffis c 10. Babyfliffis c 10. B	7 Mindostochw : 3 0			
L8 - FIG 11-12-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge  1. 13 Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. Salto rw. b 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit v. 9  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3 Salto rw. a 10 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube				
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. Grätschwinkelsprung 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 9. ½ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige 1. ½ Salto rw. a 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorustation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. a 9. ½ Salto vw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 1. ½ Salto rw. a 2. Cody c 9. ½ Salto rw. b 8. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. c 9. ½ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  L10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchoder Rückenlandunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. c 9. ½ Salto rw. a 10. PEIG B - FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchoder Rückenlandung deiter schraube 4. 1 Sprung zur Bauchoder 7. Rudy 8. Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchoder 8. Saltorotation 3. 1 Sprung		<u> </u>		
2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Saltor w. b 4. Saltor w. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltor w. a 10. Babyfliffis b 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 11. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltor w. a 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. c 9. % Salto rw. a 10. Babyfliffis b 8. Schwierigkeit: 4.9  FIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 8. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 9. % Salto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 9. % Salto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 9. % Salto rw. a 11. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 5. Barani a 6. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 5. In v. a 1. 10 verschiedene Sprünge 6. 1/1 S				
2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. Saltor w. b 5. Barani a 6. Saltor w. a 7. Hocke 8. Salto w. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Salto w. a 10. 8 Sprünge mit mind. ¾ Saltor w. a 10. Price point mind. ¾ Saltor w. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltor w. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltor w. a 3. Grätschwinkelsprung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto w. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  FIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit den 4. Salto w. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit sd. s Saltorotation 3. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit den 9. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Salto rw. b 7. 1/1 Schraubensalto rw. 7. 1/2 Schrauben 7. 1. 10 verschiedene Sprünge 8. Saltorotation 8. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 9. 3 Sprünge mit m	1. 10 verschiedene Sprünge		1. 10 verschiedene Sprünge	
3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. Barani a 6. Saltor w. a 7. Hocke 8. Saltor w. c 9. ½ Salto vw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ½ Saltor w. b 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 5. Barani a 6. Saltor w. c 9. ½ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  L10 - FIG 15-16-jährige  1. ½ Saltor w. a 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. ½ Salto rw. c 9. ½ Salto rw. c 9. ½ Saltor w. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. ½ Salto rw. c 9. ½ Saltor w. der rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Saltor w. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Saltor w. c 9. ½ Saltor w. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Saltor w. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Saltor w. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Saltor w. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Saltor w. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Saltorw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 9. ½ Salto rw. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. 1/2 Schrauben 9. ½ Sprünge ergibt den 1. 1/2 Schrauben 1. 1/2 Schraube				
4. 1 Sprung zur Rückenlandung 6. Saltor w. a 7. Hocke 8. Saltor w. c 9. ½ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.2  L10 – FIG 15-16-jährige 1. ½ Saltor w. a 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Bauchlandung 5. Barani a 6. Saltor w. a 7. 1/1 Schraubensaltor w. 8. Saltor w. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  FIG B – FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchoder Rückenlandunglandung 4. 1/1 Schraubensaltor w. 5. Barani a 6. Saltor w. a 7. 1/1 Schraubensaltor w. 8. Saltor w. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  FIG B – FIG Juniorenklasse FIG A – FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 0. 1/1 Schraubensaltor w. 7. Rudy 8. Saltor w. a 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 0. 1 Sprung zur Bauch- oder 0. 1 Sprung aus der Bauch- oder 0. 1 Spr			I 2 Mind 9 Sprünge mit mind 3/4	3. Grätschwinkelsprung
Wettkampfwert: 0.8  6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. % Salto vw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. % Salto rw. b 3. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  FIG B - FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. a 2. Mind 9 Sprünge mit mind. % Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. % Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. % Schwierigkeit die verden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge mits mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. Salto rw. a 10. Babyfliffis b 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ½ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 0. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4				
Wettkampfwert: 0.8  7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige Ubung 10  1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Salto rw. a 3. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  FIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauch- oder ohne Schraube 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	3. 1 Sprung zur Bauchlandung	4. Salto rw. b	Saltorotation	
8. Salto rw. c 9. % Salto vw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  Übung 10  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. % Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  B. Salto rw. c 9. % Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  FIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. % Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauch- oder nohne Schraube 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 5. Ruy oder Babyrudy 6. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	3. 1 Sprung zur Bauchlandung	4. Salto rw. b 5. Barani a	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung	5. Barani a
9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  PIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung zur Bauch- ohne Schraube 5. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b  Schwierigkeit: 4.9  FIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	1 Sprung zur Bauchlandung     4. 1 Sprung zur Rückenlandung	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung	5. Barani a 6. Salto rw. a
10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 1. 13 Salto rw. a 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchoder Rückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.9  FIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauchoder 8. Salto rw.c 9. 34 Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9  11. 10 verschiedene Sprünge 22. Mind. 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 33. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauchoder 8. Salto rw.c 9. 34 Salto vw. a 10. Babyfliffis b 10. Babyfliffis b 10. Babyfliffis b 11. 10 verschiedene Sprünge 22. Mind. 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schrauben 6. 1/1 Schrauben 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. 34 Salto vw. a 10. Babyfliffis b 10. Babyfliffis b 11. 10 verschiedene Sprünge 22. Mind. 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 31. 10 popelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schrauben 6. 1 Sprung zur Bauchoder 8. Sprünge müssen markiert 9. 1 Sprung zur Bauchoder 8. Saltorotation 9. 34 Salto rw.c 9. 35 Prünge rgibt den 9. 35 Prünge rgibt den 9. 36 Prünge rgibt den 9. 37 Prünge rgibt den 9. 36 Prünge rgibt den 9. 36 Prünge rgibt den 9. 37 Prünge	1 Sprung zur Bauchlandung     4. 1 Sprung zur Rückenlandung	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw.
Schwierigkeit: 4.2  L10 - FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  Schwierigkeit: 4.9  FIG B - FIG Juniorenklasse FIG A - FIG Eliteklas  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	1 Sprung zur Bauchlandung     4. 1 Sprung zur Rückenlandung	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c
L10 – FIG 15-16-jährige  1. 10 verschiedene Sprünge  1. 10 verschiedene Sprünge  1. 10 verschiedene Sprünge  2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchoder Rückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  Pig A – FIG Eliteklas  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube ohne Schraube 3. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	1 Sprung zur Bauchlandung     4. 1 Sprung zur Rückenlandung	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto vw. a	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Cody c 2. Mind 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 3. 1 Sprung zur Bauch- ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 //2 Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	1 Sprung zur Bauchlandung     4. 1 Sprung zur Rückenlandung	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. % Salto rw. a 10. Babyfliffis c	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b
2. Cody c 3. Mind 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube ohne Schraube 1. 1 Sprung mit mind. 1/2 Schrauben ohne Schraube 1. 1 Sprung mit mind. 1/2 Schrauben ohne Schraube 1. 1 Sprung mit mind. 1/2 Schrauben ohne Schraube 1. 1 Sprung mit mind. 1/2 Schrauben ohne Schraube 1. 1 Sprung mit mind. 1/2 Schrauben ohne Schraube 1. 1 Sprung mit mind. 1/2 Schrauben ohne Schraube 1. 1 Sprung mit mind. 3/ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 0. 1 Sprung mit mind. 3/ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 0. 1 Sprung mit mind. 3/ Saltorotation 0. 1 Sprung mit mind. 3/ Ohne Schrauben 0. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung 0. 1 Sprung aus der Ba	1 Sprung zur Bauchlandung     Sprung zur Rückenlandung  Wettkampfwert: 0.8	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9
2. Mind 9 Sprünge mit mind. 34 Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  3. Gräschwinkelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. 34 Salto rw.c 9. 35 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schrauben shiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge geben im ersten Kürdurchgang keine 9. 34 Salto rw.c 9. 35 Saltorotation 9. 34 Salto rw.c 9. 35 Saltorotation 9. 35 Soltorotation 9. 35 S	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8 L10 – FIG 15-16-jährige	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B – FIG Juniorenklasse	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ½ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse
Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. c 10. Babyfliffis b 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8 L10 – FIG 15-16-jährige	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B – FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge
3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy 5. Ruy oder Babyrudy 6. 1/1 Schraubensalto rw. 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b 10. Babyfliffis b 11. Babyfliffis b 12. Wettkampfwert: 1.4  9. Wettkampfwert: 1.4	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B — FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge
oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 5. Ruy oder Babyrudy  Wettkampfwert: 1.2  6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b  Wettkampfwert: 1.4  4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge geben im ersten Kürdurchgang keine Schwierigkeitspunkte.	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B – FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos
4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis b 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis b 10. Baby	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B – FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. 3/4 Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos 2 Sprünge müssen markiert
5. Ruy oder Babyrudy 8. Salto rw.c 9. % Salto vw. a 10. Babyfliffis b 8. Salto rw.c 9. % Salto rw. a 10. Babyfliffis b 8. Salto rw.c 9. % Salto rw. a 10. Babyfliffis b 8. Salto rw.c 9. % Salto rw. a 10. Babyfliffis b 8. Salto rw.c 9. % Salto rw.c 9. % Salto rw.c 8. Salto rw.c 9. % Salto rw.c 9.	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B – FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¼ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos  2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit
5. Ruy oder Babyrudy 8. Salto rw.c 9. % Salto vw. a 10. Babyfliffis b 8. Salto rw.c 9. % Salto rw. a 10. Babyfliffis b 8. Salto rw.c 9. % Salto rw. a 10. Babyfliffis b 8. Salto rw.c 9. % Salto rw. a 10. Babyfliffis b 9. % Salto rw.c 8. Suckenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch-	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B – FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos  2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den
Wettkampfwert: 1.2  9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b  10. Babyfliffis b  6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5  Wettkampfwert: 1.4  6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur BauchoderRückenladnunglandung	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw.	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B — FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos  2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den
Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw.	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B — FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos  2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge geben im
Punkt 5 Wettkampfwert: 1.4	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw.	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto rw.c	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B — FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos  2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge geben im ersten Kürdurchgang keine
	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur BauchoderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto rw.c	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B – FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos  2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge geben im ersten Kürdurchgang keine
1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 -	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur BauchoderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto rw.c	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B – FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ½ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos  2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge geben im ersten Kürdurchgang keine
Schwierigkeit: 5.1 Variabler Wettkampfwert	3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 0.8  L10 – FIG 15-16-jährige 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Sprung zur BauchoderRückenladnunglandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy	4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis c Schwierigkeit: 4.2 Übung 10 1. ¾ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwinkelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw. c 9. ¾ Salto rw. a 10. Babyfliffis b	Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw.  Wettkampfwert: 1.0  FIG B — FIG Juniorenklasse 1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. ¾ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 ½ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5	5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. ¾ Salto vw. a 10. Babyfliffis b Schwierigkeit: 4.9 FIG A – FIG Eliteklasse 1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. ¾ Saltos  2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge geben im ersten Kürdurchgang keine Schwierigkeitspunkte.

Wettkampfwert....... Dieser Wert wird zu den Haltungsnoten der Pflicht hinzuaddiert
Mindestschw..... Diesen Schwierigkeitswert muss die Übung mindestens aufweisen.
Der Wert wird jedoch für die Ermittlung der Pflichtnote nicht herangezogen