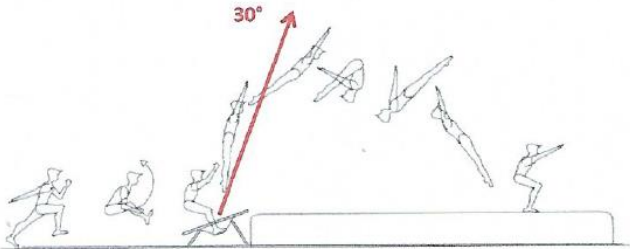
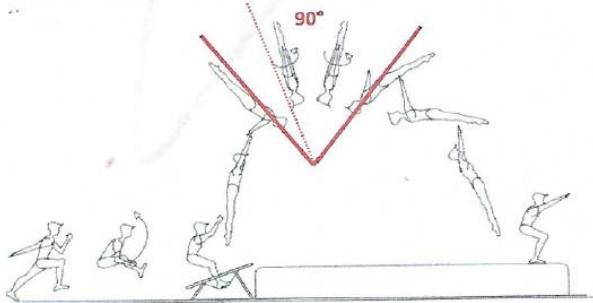
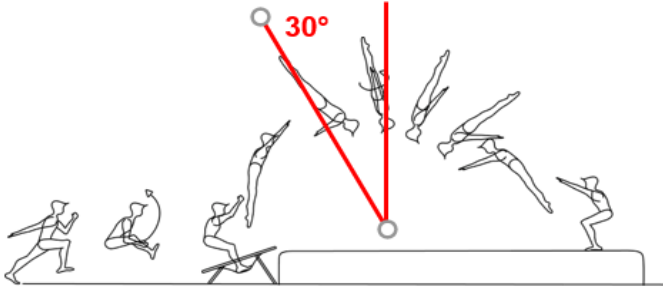


Sprung

JK / AK	<p>Schritte bei der Landung</p> <ul style="list-style-type: none"> Frage: Beim Sprung gibt es den max. Abzug für die Landung von 0.4 Pkt. Auf dem Hilfsnotenblatt Sprung gibt es nun ein Feld für Landung und eines für Sturz. Dies führt zu Verwirrung, da nicht klar ist, wo/wie die Landeposition bzw. die Schritte abgezogen werden sollen (Doppelbestrafung)? Antwort: Gemäss Wettkampfprogramm 3.2.4 Landung gilt der Abzug für die Schritte bei der Landung nicht am Sprung. Siehe auch unter 3.3.4. 	06.24
AK	<p>Basissprünge</p> <ul style="list-style-type: none"> Frage: Werden auch Basissprünge gewertet oder wird eine Null geschrieben? Antwort: Am Sprung wird auch ein Basiselement gewertet. Die Ausgangsnote ist eine 7.00 (3 Punkte Abzug), da der Sprung nicht der Kategorie entspricht. 	02.24
JK / AK	<p>Flugkurve</p> <ul style="list-style-type: none"> Frage: Wie gross ist der Abzug, wenn der Sprung zu kurz kommt? Antwort: Es gibt keinen fixen Abzug für zu kurze Sprünge. Ein technischer Abzug erfolgt in der Kategorie "Höhe Weite Richtung". Wir wollen eine harmonische Flugkurve sehen. Je höher der Sprung, desto weiter darf er gehen. Ein zu kurzer Sprung erfährt ebenfalls einen Abzug, wie ein zu weiter. 	02.24 02.25
AK	<p>Doppelsalto vw. mit ½ Drehung</p> <ul style="list-style-type: none"> Frage: Sprung Doppelsalto mit 1/2 Drehung: Gilt bei der Drehung beim Doppel die gleiche Regel - Ziel Öffnung zwischen 10 vor und 10 nach? Antwort: Die 10 vor respektive 10 nach Regel kann auf die Breitenachsenrotation (Saltorotation) des Saltos angewendet werden. Die Öffnung des Hüftwinkels sollte da abgeschlossen sein. Wichtig ist, dass der Turnende die Landeposition vorbereiten kann und keinen Hüftwinkel machen muss. 	02.24

AK	<p>1 ½ Salto vw</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frage: Zu welchem Zeitpunkt beginnt die Öffnungsphase und wann muss sie bei einem 1 ½ Salto vw. geh./geb. am Sprung spätestens fertig sein? • Antwort: Die Öffnung erfolgt eine halbe Drehung vor der Landung. Es erfolgt ein aktives Strecken des Körpers in ein C+, welches spätestens um «10 nach» abgeschlossen sein muss (analog zu den anderen Salti). 	02.24
AK	<p>Körperposition Salto sw.</p> <p>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)</p> <p>Korrektur Steigphase</p> <p>Neu: Absprung im Minitramp sind die Arme in Vor-Hochhalte</p>	10.22
JK	<p>Booster</p> <p>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.</p> <p>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

JK / AK	Anlauf <ul style="list-style-type: none"> Anlauf ist Pflicht, Länge egal -> wird nicht gewertet 	2020
JK	Markierung als Hilfe <ul style="list-style-type: none"> Z.B. Turnschuh als Absprunghilfe, gilt als «Hilfe durch Zeichen» 	2020
AK	Hechtsalto gebückt <ul style="list-style-type: none"> Aussprung kann weniger Steil erfolgen als bei einem normalen Salto gebückt (oder Salto gehockt) C- Pose bevor Saltodrehung ausgelöst wird 	2015 2024
AK	Salto vw gestreckt mit Drehung <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	Unterscheidung Barani vom Salto vw. gestreckt mit ½ Dr. <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

AK	Spreizsalto <ul style="list-style-type: none">• Ablauf: Erst steigen, dann spreizen• Spreizwinkel muss min 120° sein• Schliessen der Beine vor der Landung abgeschlossen 	2015 2023 2024
----	---	----------------------