DIFFICULTY CATALOGUE STRAIGHT-LINE 2017 C DIFFICULTY

(including new difficulty elements 2013-2017)

The IRV has prepared **Version 1.2 ("Freeze Version")** of the bilingual difficulty catalogue for C elements in straight-line. The changes made in 2014 to C7, C8, C14 and C15 are still marked in red.

All new C elements (up to 2017) have been added at the beginning of the document. These elements have previously been published in various individual documents. As the difficulty catalogue is being re-organised in preparation for the period after 2020, these new elements have not been numbered or sorted within the catalogue categories, but just listed at the beginning.

Please remember the rules for <u>Structure Groups</u> (see Appendix to this document) and the various <u>Training Tips</u> documents that are available on the IRV website (<u>www.rhoenrad.com</u>).

We thank you for your patience.

IRV Technical Committee, January 2018

SCHWIERIGKEITSKATALOG GERADETURNEN 2017 C-TEILE

(mit Neuen Schwierigkeitsteilen 2013-2017)

Die Version 1.2 ("Freeze-Version") des zweisprachigen Kataloges für C-Teile im Geradeturnen. Die Änderungen von 2014 bei C7, C8, C14 and C15 sind noch im Haupttext rot markiert.

Die neu aufgenommenen C-Teile (bis 2017) sind am Anfang des Katalogs der C-Teile hinzugefügt. Diese Schwierigkeitsteile wurden bisher nur in mehreren einzelnen Dokumenten veröffentlicht. Da der Schwierigkeitskatalog zur Zeit überarbeitet wird, werden die Neuen Teile nicht mehr nummeriert und an der entsprechenden Stelle im Katalog positioniert, sondern zur Vollständigkeit nur aufgelistet.

Beachtet bitte auch weiterhin die Regeln für Strukturgruppen (im Anhang) und die unterschiedlichen Training-Tipps, die auf der IRV-Webseite (www.rhoenrad.com) zu finden sind.

Wir danken Euch für Eure Geduld.

IRV Technisches Komite

Januar 2018

NEU! C-Teile im Geradeturnen / C Elements in Straight-Line NEW!

Folgende Schwierigkeitsteile wurden bisher nur in mehreren einzelnen Dokumenten veröffentlicht. Zur Vollständigkeit werden sie nachfolgend aufgelistet. Da wir dabei sind, den Schwierigkeitskatalog zu überarbeiten werden die Neuen Teile nicht mehr nummeriert und an der entsprechenden Stelle im Katalog positioniert.

The following elements have previously been published in various individual documents. As the difficulty catalogue is currently being re-organised, these new elements have not been numbered or sorted within the catalogue categories, but just listed at the beginning of the document.

Combinations in the upper phase

Kombinationen in der oberen Phase

C Submitted by	Above: Free knee swing backwards into sitting backwards without feet on wheel	Oben: Kniependelhang rückwärts, Sitz ohne Aufstellen der Füße rückwärts
Norway	Below: Back lying	Unten: Rückenlage
	http://youtu.be/IUoAHEQPtLI	http://youtu.be/IUoAHEQPtLI
	STRUCTURE GROUP: FREE KNEE SWING	STRUKTURGRUPPE: KNIEPENDELHANG
С	Knee circle forwards	Knieumschwung vorwärts
(previously D)	STRUCTURE GROUP: KNEE CIRCLE	STRUKTURGRUPPE: KNIEUMSCHWUNG
C12a	High roll forwards with ½ turn against the rolling direction into hip hang	Hohe Rolle vorwärts gegen die Rollrichtung mit ½ Drehung in den Hüfthang
NEW/NEU	Trip hang	dentificing
		Strukturgruppe: Hohe Rolle
	structure group: high roll	
	No video – can be deduced from D16f	
C12b	C12b (= high roll forwards with ½ turn against the rolling	C12b (= Hohe Rolle vorwärts mit ½ Drehung über den
NEW/NEU	direction, via an inverted back hang holding the rims) into high hip hang forwards	Rückensturzhang am Reifen gegen die Rollrichtung vorwärts) in den Hohen Hüfthang vorwärts
	structure group: high roll	Strukturgruppe: Hohe Rolle
	No video – deduced from D19	

Moves with difficulty in the upper phase Übungen, die ihre Schwierigkeit in der oberen Phase haben

C13	Push through with ½ turn, high roll backwards over the back rung handle with standing position on the front rung handle	Durchschub mit ½ Drehung, Hohe Rolle rückwärts über die hintere Griffsprosse mit Stand auf dem vorderen Sprossengriff
	Reason: An additional ½ turn before the high roll backwards over the back rung handle with standing position on the front rung handle does <u>not</u> increase the difficulty of the move.	Begründung: Eine zusätzliche ½ Drehung vor der Hohe Rolle rückwärts über die hintere Griffsprosse mit Stand auf dem vorderen Sprossengriff erhöht die Wertigkeit der Übung nicht.
Submitted by	STRUCTURE GROUP: HIGH ROLL	STRUKTURGRUPPE: HOHE ROLLE
Japan	https://youtu.be/waUzFmT6a-Y	
C24	Triple back hip circle (not after a preceding front lying backwards)	Dreifachhüftumschwung rückwärts (nicht nach vorausgehender Bauchlage rückwärts)
	Reason: An additional back hip circle does <u>not</u> increase the value of C24 to D difficulty. The gymnast must perform four consecutive back hip circles (not after a preceding front lying backwards) in order for the move to be categorised as D29 (combination of two C elements in the upper phase).	Begründung: Ein zusätzlicher Hüftumschwung rückwärts kann C24 nicht zum D-Teil aufwerten. Erst wenn vier Hüftumschwünge rückwärts (nicht nach vorausgehender Bauchlage rückwärts) gezeigt werden, fällt das Wertteil unter D29 (Kombination von zwei C-Teilen in der Oberen Phase).
Submitted by Japan	STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE https://youtu.be/vjj1zF3OVKA	STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG

Element combinations with a decentralised element

Elementverbindungen mit dezentralem Element

C	Knee hang holding the wheel rims or one of the rungs, jump off the floor into a brief ankle hang on the rung/board above the next highest rung/board, (stepped change of foot position, change of direction), bridge forwards	Kniehang mit Griff an den Reifen / einer Sprosse, Abstoβ vom Boden in den flüchtigen Risthang an die Radquerverbindung, die oberhalb der nächst-höheren Radquerverbindung gelegen ist, (gestiegen und Richtungswechsel), Brücke vorwärts
by Israel	STRUCTURE GROUP: FREE KNEE SWING	STRUKTURGRUPPE: KNIEPENDELHANG
	NB:	ANMERKUNG:
	This element combination has previously only been performed as a change of direction.	Die Elementverbindung wurde bisher nur als Richtungswechsel gezeigt.
	* Difficulty: The knee hang in the first upper phase is counted as an A. The bridge performed after the jump from the floor and change of direction is counted as a C. https://youtu.be/nui2T9SvN9c	* Zählweise: Der Kniehang in der ersten Oberen Phase ist als A-Teil zu werten. Die nach Abstoß und Richtungswechsel erreichte Brücke vorwärts wird als C-Teil gewertet.
С	From free knee swing forwards (also with one leg), ½ turn into front support backwards	Vom freien Kniependelhang (auch einbeinig) vorwärts mit 1/2 Drehung in den Liegestütz rückwärts
	STRUCTURE GROUP: FREE KNEE SWING	STRUKTURGRUPPE: KNIEPENDELHANG
Submitted	NB:	ANERKENNUNG:
by Israel	- All variations of front support backwards (holding the rims) are recognised	Anerkennung aller Varianten von Liegestütz (an den Reifen) rückwärts
	The gymnast performs a stepped transition from knee hang into front support	Übergang zwischen Kniehang und Liegestütz erfolgt gestiegen
	 The move will also be recognised if the free knee swing is performed as a change of direction at the end of a length No recognition if the gymnast misses the standing position and falls (= core phase of the move missing) 	Anerkennung auch, wenn der Kniependelhang als Richtungswechsel am Bahnende geturnt wird
	A free knee swing with one leg is judged to be the same upper phase as a free knee swing with two legs. If both	Keine Anerkennung, wenn die Standfläche verfehlt wird, so dass es zum Sturz kommt (= Kernphase der Bewegung)

5

24 January 2018

variations are performed in the same routine, the move will only be counted once as a C.

From free knee hang forwards into bridge forwards and from free knee hang forwards with $\frac{1}{2}$ turn into front support forwards are two different moves in terms of difficulty, but they belong to the same structure group.

https://youtu.be/Fla2LIN12II

 Einbeinige bzw. beidbeinige Aus-führungen des freien Kniependelhangs werden als identische Obere Phasen gewertet. Werden beide Varianten innerhalb einer Kürfolge gezeigt, so wird die Übung nur einmal als C-Teil anerkannt.

Vom freien Kniependelhang vorwärts in die Brücke vorwärts und vom freien Knie-pendelhang vorwärts mit 1/2 Drehung in den Liegestütz vorwärts sind zwei unter-schiedliche Wertteile, gehören aber beide zur eingeschränkten Strukturgruppe Kniependelhang.

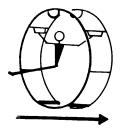
C-Teile im Geradeturnen / C Elements in Straight-Line

ZENTRALE ÜBUNGEN / CENTRALISED MOVES

GRUNDELEMENTE / BASIC ELEMENTS

ÜBUNGEN OHNE BINDUNGEN / MOVES WITHOUT BINDINGS

C1:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Seitstellung ohne Aufstellen der Füße oder Beine	* Kurzes Berühren von Reifen oder Brett / Sprosse mit den Füßen ("Wackler"), ohne festes Aufstellen der Füße gilt als Kleinabzug.	 * Anerkennung aller Varianten, bei denen beide Füße vom Rad gelöst sind (z.B. Vorwinkeln, Abwinkeln der Knie etc.) * Keine Anerkennung, wenn während der RU die Füße länger fest aufgestellt werden. (Aber: Kurze Berührung, "Wackler", zieht nur der Kari ab!)
Side rotation without feet or legs on wheel	Brief touching of the rims or board/rung with the feet (without weight on the feet) counts as a minor deduction.	 Recognition of all variations where both feet are released from the wheel (e.g. forward pike, bent knees, etc.) No recognition if there is weight on the feet during the rotation. (But: Short touch, "wobble", is only deducted by the execution judge!)

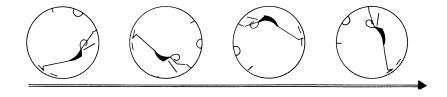


Beispiel C1 / Example C1

BRÜCKEN / BRIDGES

BRÜCKEN IN EINER BINDUNG / BRIDGES IN ONE BINDING

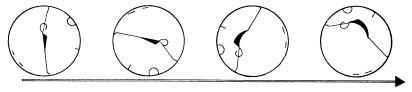
C2:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung
	Judging Comments / Execution / Deductions	Difficulty Judge / Recognition
Riesenbrücke einarmig (vw/rw) STRUKTURGRUPPE: RIESENBRÜCKE	* Armzug vorgeschrieben * Kurzes Berühren von Griff oder Reifen ("Wackler") ohne festes Zugreifen gilt als Handfehler (0,1-0,2P)	Keine Anerkennung, wenn die Riesenbrücke rückwärts nicht ausgeturnt wird, d.h. wenn in Kopfuntenstellung die Liegestützhaltung eingenommen wird (siehe Riesenbrücke ohne Bindungen) Keine Anerkennung als C-Teil, wenn während der RU die freie Hand länger fest zugreift. (Aber: "Wackler" zieht nur der Kari.) Keine Anerkennung auch, wenn ein "gewolltes" Zugreifen der freien Hand ausgeführt wird, um einen Wechsel der Stützhand auszuführen, d.h. keine Anerkennung, wenn die Riesenbrücke als Elementverbindung geturnt wird.
One-armed giant bridge (forwards/backwards)	* Arm pull necessary * A brief touching of the handle or rim ("wobble") without holding on properly will be counted as a minor deduction (0.1- 0.2) for incorrect hand position	No recognition if the giant bridge backwards is not completed, e.g. if the gymnast adopts a front support position when upside down (see giant bridge without bindings). No recognition as a C element if the gymnast holds on with the free hand during the rotation. (NB: A "wobble" is deducted by the execution judge only.) No recognition if there is a deliberate holding with the free hand in order to execute a
STRUCTURE GROUP: GIANT BRIDGE		change of support hand, i.e. no recognition if the giant bridge is performed as an element combination.



Beispiel C2: Riesenbrücke vw einarmig / Example C2: One-armed giant bridge forwards

BRÜCKEN OHNE BINDUNGEN / BRIDGES WITHOUT BINDINGS

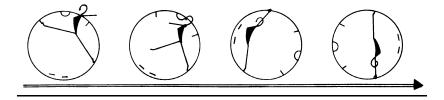
C3:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Riesenbrücke vorwärts mit Griff am Sprossengriff STRUKTURGRUPPE: RIESENBRÜCKE	* Armzug entfällt * Zählt als "ganz durchgeturnte Brücke" * Hüfte gerade in der Stützphase	* Im wesentlichen: 3 Varianten der Riesenbrücke vorwärts 1. Auf dem hinteren Brett am vorderen Sprossengriff 2. Auf dem vordern Brett am vorderen Sprossengriff 3. Auf der unteren Spreizsprosse am oberen Sprossengriff. Alle anderen Varianten der Riesen(reifen)brücke
STRUKTURGRUPPE: RIESENBRUCKE		vorwärts: siehe: B4. * Keine Anerkennung wenn ein Richtungswechsel in der Riesenbrückenposition geturnt wird.
Giant bridge forwards with grip on inner handle	No arm pull Counts as a "completed bridge" for composition Hips must be straight in the support phase	 * 3 main variations of the giant bridge forwards 1. Standing on the back board with grip on the front inner handle 2. Standing on the front board with grip on the front inner handle 3. Standing on the lower stride rung with
STRUCTURE GROUP: GIANT BRIDGE		grip on the upper inner handle. For all other possible variations of the giant (rim) bridge forwards, see B4. * No recognition if a change of direction is performed in the giant bridge position.



Beispiel C3 / Example C3

BRÜCKEN MIT BESONDERN ÜBERGÄNGEN / BRIDGES WITH SPECIAL TRANSITIONS

C4:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
(Hochspagat rückwärts, frei), Riesenbrücke rückwärts mit Griff am Sprossengriff, der Spreizsprosse oder dem Brett.	* Hochspagat: Hände müssen nicht unbedingt die ganze Zeit frei gehalten werden. Aber unmittelbar vor dem Zurückstellen des Spreizbeines müssen sie kurz gelöst werden. Abzug für zu spätes Lösen der Hände: 0,1-0,2P. * Wird erst das Spreizbein zurückgestellt	* Anerkennung nur, wenn der Übergang zwischen Hochspagat und Riesenbrücke frei erfolgt, d.h. zumindest müssen die Hände gleichzeitig mit dem vorderen Spreizbein gelöst werden. * Keine Anerkennung, wenn zuerst das vordere Spreizbein neben das hintere
STRUKTURGRUPPE: RIESENBRÜCKE	und dann die Hände gelöst: Keine Anerkennung als C-Teil! Keine Abzüge in diesem Fall für zu spätes Lösen der Hände! * Zur Ausführung der Riesenbrücke siehe: B3	Bein gestellt wird, so dass der Turner einen Winkelstand ausführt, und erst dann die Hände löst. * Keine Anerkennung wenn an den Reifen gegriffen wird.
(free high splits backwards), directly into giant bridge backwards with grip on inner handle, stride rung or board.	 High splits: The hands must not necessarily be held free the whole time. However, immediately before bringing back the split leg, both arms must be released briefly. Deduction for releasing the hands too late: 0.1-0.2. 	Recognition only if the transition from high splits to giant bridge is performed free, i.e. the hands are released at the latest at the same time as the front split leg is moved back. No recognition if the gymnast keeps
STRUCTURE GROUP: GIANT BRIDGE	 If the split leg is brought back first and then the arms released: no recognition as a C! In this case there is no deduction for releasing the hands too late! For the execution of giant bridge: see B3 	holding the wheel while the front split leg is moved next to the back leg in an angled standing position. * No recognition if the giant bridge is performed holding the rims.



Beispiel C4 / Example C4

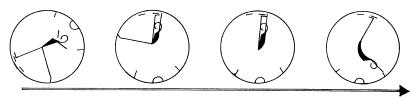
ELEMENTVERBINDUNGEN / ELEMENT COMBINATIONS

(Hinweis: Sind keine Angaben zum Übergang in Kopfuntenstellung vorhanden, so kann dieser beliebig erfolgen)

(NB: If there is no description for the transition in an inverted position, it can be assumed that any transition is possible)

ELEMENTVERBINDUNGEN IN EINER BINDUNG / ELEMENT COMBINATIONS IN ONE BINDING

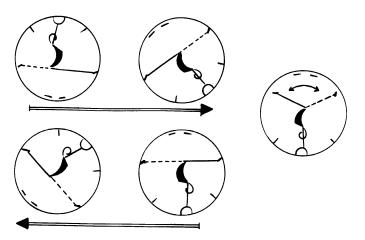
C5:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Elementverbindungen mit Bücke mit geschlossenen Beinen und ½ Drehung	 * Ausführungsvorschriften zur Bücke: Siehe B8 * Abzüge für mangelhaften Schlussstand (Fuß- bzw. Beinfehler: 0,1-0,2P) * Abzüge für zu frühes Öffnen des Hüftwinkels in der Bückposition auf einem Brett! * Ggf.: Kampfrichterbesprechung wegen der Anerkennung als C-Teil! 	 * Anerkennung der Bücke: siehe B8. * Anerkennung als C-Teil nur dann, wenn während der Bücke das freie Bein zumindest deutlich von jeder Sprosse oder Griff gelöst ist und der Schlussstand höchstens mit geringen Fuß- oder Beinhaltungsfehlern ausgeführt wird. * Die ½ Drehung kann vor oder nach der Bücke geturnt werden * Bei Nichtanerkennung der Bücke mit geschlossenen Beinen: Meist Anerkennung als B-Teil möglich. Siehe: B11.
Element combinations with a pike with legs together and a ½ turn	 See B8 for execution of pike position Deductions for legs not together (incorrect foot or leg positioning: 0.1-0.2) Deductions for too early opening of the hip angle in pike position on one board! Judges' meeting if necessary with regard to recognition of C difficulty 	 See B8 for recognition of pike Recognition as a C only if the free leg is clearly released from the relevant rung/handle while in pike position and the closed leg position is executed with only minor deductions for incorrect foot/leg positioning. The ½ turn may be performed before or after the pike. If the pike with legs together is not recognised, it is usually possible to recognise the move as B11.



Beispiel C5 / Example C5

ELEMENTVERBINDUNGEN OHNE BINDUNGEN / ELEMENT COMBINATIONS WITHOUT BINDINGS

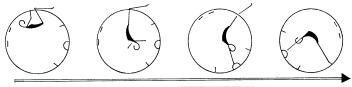
C6:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Spagat mit Wechsel- oder Kreisspreizen als Richtungswechsel	 * Großzügige Auslegung des "Radstillstands", besonders beim Richtungswechsel * Aufstellen der Füße nach dem Übergang in Kopfuntenstellung erfolgt nicht völlig gleichzeitig: Kleinabzug (0,1-0,2P) 	 * Am Bahnende als Richtungswechsel: nachfolgende Übung wird dadurch zum C-Teil. * Anerkennung nur dann, wenn das Kreisbzw. Wechselspreizen gleichzeitig erfolgt (also nicht als gestiegener Übergang) * Radstillstand ist ggf. nur vom Kari abzuziehen (Anerkennung als C-Teil!)
Splits bridge with change of legs and change of direction	* Must not be strict with regard to "stationary wheel", in particular in the case of a change of direction * If the placement of the feet back on the wheel after change of legs does not happen at exactly the same time, minor deduction (0.1-0.2)	 * As change of direction at the end of a length: subsequent move will be a C. * Recognition only when change of legs takes place simultaneously (i.e. not as a stepped transition). * Stationary wheel is only deducted by the execution judges (recognition as C by difficulty judge)



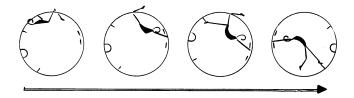
Beispiel C6 / Example C6

ELEMENTVERBINDUNGEN OHNE BINDUNGEN MIT DEZENTRALEM ELEMENT / ELEMENT COMBINATIONS WITHOUT BINDINGS, WITH A DECENTRALISED ELEMENT

C7:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Vom freien Kniependelhang (auch einbeinig) vorwärts in die Brücke vorwärts STRUKTURGRUPPE: KNIEPENDELHANG	 * Handfehler ("Nachgreifen") und Fußfehler (beim Übergang von Kniehang zur Brücke) beachten * Kopffehler * Zählt als zentrale Übung für den Küraufbau 	 * Anerkennung aller Varianten von (Reifen)Brücken * Übergang zwischen Kniehang und Brücke kann auch gestiegen erfolgen * Anerkennung auch, wenn der Kniependelhang als Richtungswechsel am Bahnende geturnt wird * Keine Anerkennung, wenn die Standfläche verfehlt wird, so dass es zum Sturz kommt. (= Kernphase der Bewegung) * Einbeinige bzw. beidbeinige Ausführungen des freien Kniependelhangs werden als identische obere Phasen gewertet. Werden beide Varianten innerhalb einer Kürfolge gezeigt, so wird die Übung nur einmal als C-Teil anerkannt.
From free knee swing (with one or two legs over the rung) forwards into bridge forwards (legs together or stepped) STRUCTURE GROUP: FREE KNEE SWING	* Adjustment of holding position (grip) after knee hang, incorrect foot positioning in transition from knee hang to bridge * Incorrect head position: Head not between the arms * Counts as centralised move for composition	 Recognition of all variations of (rim) bridge Transition from knee hang to bridge may be performed as a stepped transition Recognised with the knee swing as a change of direction or in the same direction (NB: Watch out for repetition!) No recognition if the gymnast misses the standing position in bridge (i.e. fall in core phase of move) A free knee swing with one leg over the rung and a free knee swing with two legs over the rung will be treated as identical upper phases. If both variations are performed in the same routine, the move will only be counted once as a C.

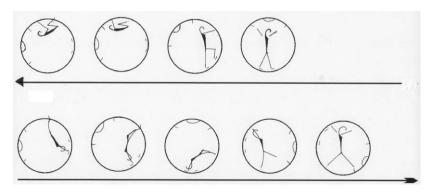


Beispiel C7 / Example C7



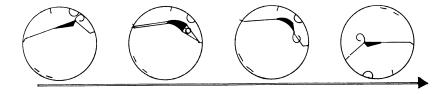
Beispiel C7 (gestiegen) / Example C7 (stepped)

C8:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Vom freien Fersenhang vorwärts in die Brücke vorwärts	* Positionswechsel der Füβe nach dem Fersenhang kann gestiegen oder gleichzeitig erfolgen. Während des gesamten Fersenhangs dürfen die Knie und Hüfte leicht gebeugt werden.	 * Keine Anerkennung wenn der Fersenhang z.B. an beiden Reifen geturnt wird. Bei leicht geöffneten Füβen siehe Kleinabzüge. * Keine Anerkennung wenn nach dem Fersenhang die Brücke nicht erreicht wird. * Anerkennung aller Varianten von (Reifen-) Brücken, Übergang zwischen Fersenhang und Brücke kann gestiegen oder gleichzeitig erfolgen. Der Fersenhang wird üblicherweise am Richtungswechsel geturnt. * Keine Anerkennung wenn die Standfläche verfehlt wird, so dass es zum Sturz kommt (= Kernphase der Bewegung)
From free heel hang forwards into bridge forwards	* Change of foot position after the heel hang can be performed stepped or with both feet together. The knees may be slightly bent and the hip angle slightly closed throughout the heel hang.	 No recognition if the heel hang is performed on the wheel rims. Minor deductions apply if the feet are slightly apart. No recognition if the bridge position after the heel hang is not achieved. Recognition of all (rim) bridge variations. The transition from heel hang to bridge may be performed stepped or with both feet together. The heel hang is usually performed as a change of direction. No recognition if the gymnast misses the standing zone in the bridge and falls out of the wheel (= core phase of the move)



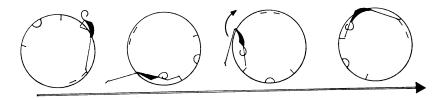
Beispiel C8 / Example C8

C9:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Hohe Drehbrücke (ohne Griffwechsel)	* Hüftstreckung beim (Hohen) Liegestütz beachten * Fußfehler bei der Drehung beachten. * Übergang in Kopfuntenstellung: Ü-Zone beliebig * Zählt als zentrale Übung für den Küraufbau	* Anerkennung nur, wenn bei der Drehung die Hände nicht gelöst werden (meist Ausscheren)
High turning bridge (without change of grip)	 Watch out for hip extension in (high) front support Watch out for incorrect foot positioning during turn. Transition in inverted position: free transition zone Counts as centralised move for composition 	* Recognition only as long as the hands are not released from the wheel during the turn



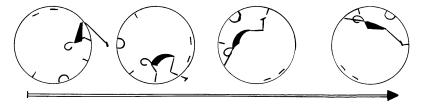
Beispiel C9: Hohe Drehbrücke / Example C9 (High turning bridge)

C10:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Von der Bauchlage vorwärts in die Riesenbrücke vorwärts	 * Fußfehler beim Aufstellen der Füße zur Riesenbrücke beachten. Großzügige Auslegung des "nahezu geräuschlosen" Aufsetzens der Füße. * Ü-zone bei Übergang von Bauchlage zu Riesenbrücke beliebig. * Zählt als zentrale Übung für den Küraufbau 	Keine Anerkennung, wenn die Riesenbrückenposition nicht erreicht wird (z.B. wenn die Standfläche verfehlt wird)
From front lying forwards into giant bridge forwards	Watch out for Incorrect foot positioning in giant bridge. Do not be strict with regard to noise level when feet hit boards Free transition zone for transition from front lying into giant bridge Counts as centralised move for composition	No recognition if the giant bridge position is not achieved (e.g. if the gymnast misses the boards with feet)



Beispiel C10 / Example C10

C11:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Vom Hüfthang mit Abstoß vom Boden rückwärts in den Hohen Liegestütz rückwärts mit Stand auf dem Sprossengriff oder der Spreizsprosse (Hände: an den Reifen zwischen der Sprosse, an der die Hüfte aufliegt, und der nächsten Sprosse)	 Deutliche Absprungbewegung sichtbar (nicht geräuschlos) Fußfehler beim Aufstellen der Füße zum Hohen Liegestütz beachten Zählt als zentrale Übung für den Küraufbau 	 * Keine Anerkennung, wenn nach dem Absprung die Standfläche verfehlt wird oder wenn in der Hohen Liegestützposition ein Richtungswechsel (Zurückrollen) erfolgt. (= Kernphase der Bewegung) * Anerkennung als A-Teil, wenn die Füsse in den Griff eingehängt werden und dadurch die Liegestütposition nicht eingehalten werden kann ("Durchhängen"). * Es gibt zwei Varianten dieser Übung, die sich durch Ausgangs- und Endposition unterscheiden: 1. Nach Abstoß vom Boden erfolgt die Landung auf dem Sprossengriff. 2. Nach Abstoß vom Boden erfolgt die Landung auf der Spreizsprosse.
From hip hang backwards via jump from floor backwards into high front support backwards with feet on inner handle or stride rung (Hands on the rims between the rung where the hip hang is being performed and the next rung)	Obvious and visible jump/take-off from the floor (not soundless) Watch out for incorrect foot positioning when in high front support Counts as centralised move for composition	 No recognition if the gymnast misses the inner handle or rung after take-off from the floor or if there is a change of direction in high front support (rolling back). (= Core phase of move missing.) Recognised as an A if the gymnast hooks his/her feet into the handle, thus not holding a front support positions. There are two variations of this move, with different starting and finishing positions: Feet land on inner handle after jump from floor. Feet land on stride rung after jump from floor.



Beispiel C11 / Example C11

DEZENTRALE ÜBUNGEN / DECENTRALISED MOVES

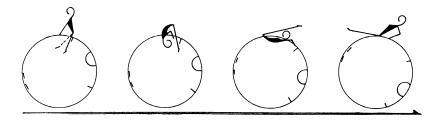
ÜBUNGEN, DIE IHRE SCHWIERIGKEIT IN DER OBEREN PHASE HABEN / MOVES WITH DIFFICULTY IN THE UPPER PHASE

In diesem Kapitel wird nur die Obere Phase aufgezählt. Mit beliebiger Unterer Phase wird die Übung zum C-Teil. Vor einem zentralen Element, vor einem zentralen Richtungswechsel oder Sprossenlauf sowie vor dem Abgang ist ggf. eine solche Obere Phase schon alleine ein C-Teil. In this chapter only the difficulty in the upper phase is counted. Regardless of lower phase, the move will be counted as a C. If performed before a centralised move, before a centralised change of direction or before a dismount, the upper phase on its own will be counted as a C.

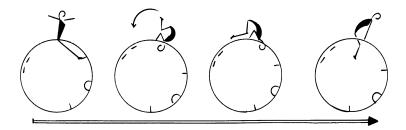
ROLLBEWEGUNGEN / ROLL MOVEMENTS

C12:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung
	Judging Comments / Execution / Deductions	Difficulty Judge / Recognition
Hohe Rolle gegen die Rollrichtung vorwärts und	Beliebige Griffart- und zone [siehe	 * Anerkennung der Vorwärts-und
Hohe Rolle gegen die Rollrichtung rückwärts (in	Anhang]	Rückwärtsvariante (auch gehockt!)
den Hohen Stütz, Hohen Sitz, Hohen Hockstand		* Bei der Hohen Rolle rückwärts gegen die
oder den Ellhang) (Beide Elemente nicht als		Rollrichtung: Nur dann Anerkennung,
Richtungswechsel!)		wenn die Ellbogen bei der
		Drehbewegung oberhalb der
		Reifenebene bleiben. [Sonst: keine
		ausreichende Abgrenzung zum
		Sitzabschwung – siehe Anhang]
		Die Hohe Rolle vorwärts gegen die
		Rollrichtung hat also den Hohen
		(Grätsch-)Sitz als Endposition.
		Die Hohe Rolle rückwärts gegen die
		Rollrichtung kann in den Hohen Stütz,
		den Hohen (Grätsch-)Sitz, den Hohen
		Hockstand oder Ellhang geturnt werden.
		* Keine Anerkennung als C-Teil, wenn die
STRUKTURGRUPPE: HOHE ROLLE		Hohe Rolle am Bahnende als
		Richtungswechsel geturnt wird.
		Aber: Anerkennung, wenn der
		Richtungswechsel deutlich vor
		Ausführung der Hohen Rolle erfolgt
		(meist durch Körperverlagerung)
		Das gesamte Element muss gegen
		Rollrichtung geturnt werden.

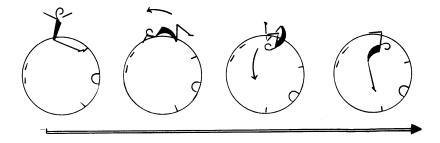
High roll forwards/backwards against rolling	* Optional grip type and holding zone [see	* Recognition of forwards and backwards
direction (into high support, high sitting, high tuck	Appendix]	variations (including tuck position!)
stand or elbow hang) (Neither element as a change		* In the case of a high roll backwards
of direction!)		against the rolling direction: Recognition
		only if the elbows remain above the level
		of the wheel rims during the roll.
		Otherwise: not enough difference from
		downward seat circle – see Appendix]
		 The high roll forwards against rolling
		direction finishes in a high (straddle)
		sitting position.
		* The high roll backwards against rolling
		direction can be performed into a high
		support position, a high (straddle) sitting
		position, a high tuck stand or an elbow
		1 1
STRUCTURE GROUP: HIGH ROLL		hang.
STRUCTURE GROUP. HIGH ROLL		* No recognition as a C if the high roll is
		performed as a change of direction.
		* But: Recognition if the change of
		direction occurs clearly before the high
		roll.
		The entire element must be performed
		•
		against the rolling direction.



Beispiel C12 (vorwärts) / Example C12 (forwards)

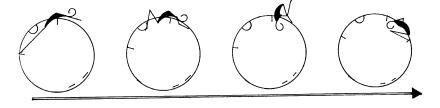


Beispiel C12 (rückwärts in den hohen Stütz) / Example C12 (backwards into high support)



Beispiel C12 (rückwärts in den Ellhang) / Example C12 (backwards into elbow hang)

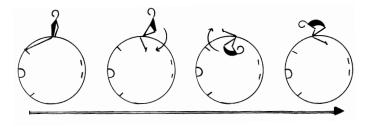
Kampfrichter / Ausführung / Abzüge	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung
* Beliebige Griffart- und -zone [siehe Anhang] * Fußfehler beachten! * Häufig kurzer Radstillstand ("Ruck"): 0,1-0,2P	Difficulty Judge / Recognition * Anerkennung aller Varianten (auch beim Richtungswechsel) siehe zusätzliche Begründung Seite 3 * Der Hohen Rolle muss ein Stand auf dem vorderen Sprossengriff vorausgehen, z.B. Hochspagat (= vorderer Fuß auf Sprossengriff) oder auch ein Schlussstand. * Keine Anerkennung als C-Teil, wenn die Hohe Rolle aus dem Schwung über einen flüchtigen Stütz auf den Ellbogen (also ohne Stand auf dem vorderen Sprossengriff) geturnt wird.
Optional grip type and holding zone [see Appendix] Watch out for incorrect foot positioning! Common mistake - briefly stationary wheel: 0.1-0.2	Recognition of all variations (including change of direction) see additional explanation on page 3 The high roll must take place from a standing position on the front inner handle, e.g. high splits (= front foot on inner handle) or from standing with feet together on inner handle. No recognition as a C if the high roll is performed from a brief support position on the elbows (i.e. not from standing on
	Judging Comments / Execution / Deductions



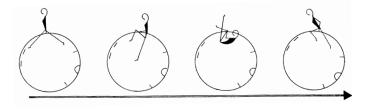
Beispiel C13 / Example C13

AUF-, AB- UND UMSCHWUNGBEWEGUNGEN / UPWARD HIP CIRCLES, DOWNWARD HIP CIRCLES, FORWARD/BACKWARD HIP CIRCLES

C14:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Knieumschwung beidbeinig rückwärts oder	Bei der einbeinigen Ausführung: Beinfehler beim Einnehmen und Verlassen der Spreizposition beachten!	Anerkennung aller Varianten (auch als Richtungswechsel am Bahnende)
Knieumschwung einbeinig vorwärts/rückwärts		
STRUKTURGRUPPE: KNIEUMSCHWUNG		
Knee circle backwards (two legs)	* In the case of a knee circle with one leg: watch out for incorrect leg positioning	Recognition of all variations (including change of direction)
or	when entering into and leaving the stride position	
Knee circle forwards/backwards (one leg)	·	
STRUCTURE GROUP: KNEE CIRCLE		



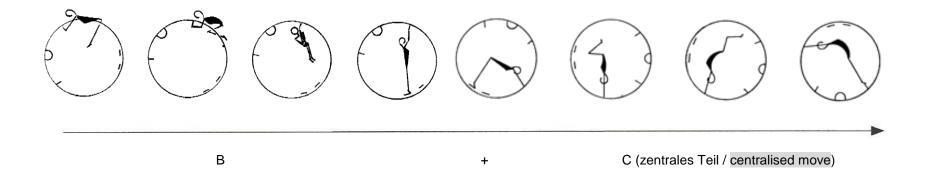
Beispiel C14 (beidbeinig) / Example C14 (two legs)



Beispiel C14 (einbeinig) / Example C14 (one leg)

BEINSCHWUNGBEWEGUNGEN / LEG SWING MOVEMENTS

C15:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Überhocken mit ½ Drehung aus dem Hüfthang mit Schlussgriff an der oberen Sprosse, Griff oder Brett in den Schlussstand (nicht auf der Sprosse, auf der die Hüfte aufliegt) direkt vor zentraler Übung.	 Rückschwung der Beine erkennbar; Bein- und Fußfehler beachten. Beim Absenken der Beine: Kontrollierte, gebremste Bewegung! (Nicht: "Fallen- lassen") 	 Die ½ Drehung erfolgt direkt nachdem die Beine die Hockbewegung abgeschlossen haben. Zwiegriff erlaubt Endposition im Rad: Schlussstand auf einem Brett oder auf einer Sprosse, aber nicht auf der Sprosse, auf der die Hüfte in der Ausgangsposition aufgelegen hat. Diese Variante des Überhockens macht das nachfolgende Zentrale Teil (z.B. Handstand gesprungen oder Handstand gestiegen) zu einem C-Teil. Zählweise: B (Überhocken) + C (zentrale Übung) Keine Anerkennung, wenn vor der zentralen Übung ein Richtungswechsel, ein Sprossenlauf oder eine Spreizvariante, z.B. Spreizstand) geturnt werden. (Dann: B-Teil: siehe B33)
Tuck over with ½ turn from hip hang with hands holding next to each other on the upper rung, handle or board into standing with legs together (not on the same rung as the gymnast's hip hang) directly followed by a centralised move.	Visible backswing of the legs; Watch out for incorrect leg and foot positioning. When lowering the legs into standing position: Important to maintain a controlled leg movement (no falling/dropping of the legs into standing)	 * The ½ turn follows directly after the tuck movement of the legs over the rung. * Alternate (mixed) grip is permitted. * End position in the wheel: Legs together on a board or rung, but not on the same rung as the gymnast started off in hip hang position. This type of tuck over will upgrade the subsequent centralised move (e.g. jumped handstand or stepped handstand) to a C. Difficulty: B (tuck over) + C (centralised move) * No recognition if the gymnast performs a change of direction, step in the wheel or stride position before the centralised move. (In this case: B33)

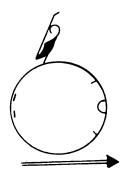


Beispiel C15 (mit gesprungenem Handstand) / Example C15 (with jumped handstand)

24 January 2018

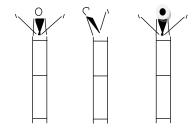
STATISCHE ELEMENTE / STATIC ELEMENTS

C16:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Hoher Bückstütz	Beliebige Griffart und -zone Abzüge für Ausführungsfehler bei der Bücke nur dann möglich, wenn deutlich der Versuch, diesen C-Teil zu turnen, erkennbar (ggf. Kari-Besprechung) Bücke bedeutet in diesem Fall: "Beine fast an Nase". Ein gewisser Abstand wird in diesem Fall ohne Abzug akzeptiert.	 * Anerkennungskriterien: * Deutliche Stützhaltung, d.h. kein Aufliegen auf Sprosse / Griff / Reifen mit Hüfte oder Ellbogen. * Bücke: Hüftwinkel deutlich kleiner etwa 50°, Kopf geht zumindest in Richtung Knie (ggf. Kari-Besprechung!) * Die Endposition der Bücke muss deutlich erkennbar für ca. ½ Sekunde gehalten werden.
High pike support	Optional grip and holding zone Execution deductions for pike position only possible as long as there is a clear attempt to perform it as a C. (Judges' meeting if necessary.) Pike position in this case means "legs almost touching nose". A small distance will be accepted without deduction.	 Beine müssen geschlossen sein (Sonst: B34) Recognition criteria: Clear support position, i.e. no leaning on rung/handle/rim with hips or elbows. Pike position: Hip angle must be clearly less than 50°, head must move in direction of knees. (Judges' meeting if necessary.) The final pike position must be clearly held for approx. ½ second. Legs must be together. (Otherwise: B34)



Beispiel C16: Hoher Bückstütz / Example C16: High pike support

C17:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Hoher Grätschwinkelstütz mit ½ Drehung	* Beliebige Griffart und -zone	* Anerkennung: deutliche Stützhaltung, d.h. kein Aufliegen der Hüfte, Oberschenkel oder Ellenbogen auf Sprosse, Griff oder Reifen während des gesamten Bewegungsablaufs (sonst A-Teil).
High angled straddle support (straddle half lever) with ½ turn	* Optional grip and holding zone	* Recognition: Clear support position must be shown, i.e. no resting of hips, thighs or elbows on rung, handles or rims at any point during the move (otherwise A).



Beispiel C17: Hoher Bückstütz / Example C17: High pike support

ÜBUNGEN, DIE IHRE SCHWIERIGKEIT IN DER UNTEREN PHASE HABEN MOVES THAT HAVE THEIR DIFFICULTY IN THE LOWER PHASE

Wird eine der im folgenden beschriebenen Unteren Phasen nach einer oberen Phase mit A-Schwierigkeit geturnt, so wird die ganze Übung (obere + untere Phase) zu einem C-Teil.

Wird eine der im folgenden beschriebenen Unteren Phasen nach einer oberen Phase mit B-Schwierigkeit geturnt, so wird die ganze Übung (obere + untere Phase) zu einem C-Teil.

Wird eine der im folgenden beschriebenen Unteren Phasen nach einer oberen Phase mit C-Schwierigkeit geturnt, so wird die ganze Übung (obere + untere Phase) zu einem C-Teil.

Wird eine der im folgenden beschriebenen Unteren Phasen nach einer oberen Phase mit D-Schwierigkeit geturnt, so wird die Schwierigkeit der Oberen Phase gezählt und nicht die Schwierigkeit der Unteren Phase.

If one of the following lower phases is performed directly after an upper phase with A difficulty, the entire move (upper + lower phase) will be counted as <u>one</u> C. If one of the following lower phases is performed directly after an upper phase with B difficulty, the entire move (upper + lower phase) will be counted as <u>one</u> C. If one of the following lower phases is performed directly after an upper phase with C difficulty, the entire move (upper + lower phase) will be counted as <u>one</u> C. If one of the following lower phases is performed directly after an upper phase with D difficulty, the difficulty of the upper phase will be counted and <u>not</u> the difficulty of the lower phase.

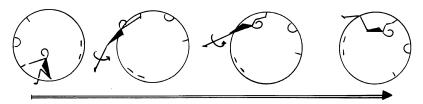
STÜTZ / SUPPORT

C18:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Seitwinkelstütz	 * Fuß-, Beinfehler: Kurzes Berühren des Bodens ("Schleifen"): 0,1-0,2P. * Deutliches Abstützen zur Vermeidung eines Sturzes: 0,5P 	 Keine Anerkennung, wenn die Hüfte deutlich auf Reifen / Griff abgesetzt wird. Kurze Boden-/ Reifenberührung: Abzug durch Kari!
Side angled support	 Incorrect foot, leg positioning: Brief touching ("brushing") of floor: Deduction 0.1-0.2 Obvious contact with floor to avoid a fall: Deduction 0.5 	 No recognition if the hips are leaned obviously against the wheel rim or handle. Brief touching of floor/wheel: Deduction by execution judges!



Beispiel C18: Seitwinkelstütz / Example C18: side angled support

C19:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Winkelsitz mit 1/1 Drehung und Abstoß vom Boden (Hände greifen im Schlussgriff an der oberen Sprosse, Griff oder Brett.) (Nicht vor dem Abgang, wenn dieser direkt und entgegen der Rollrichtung erfolgt und nicht beim Richtungswechsel.)	 Deutlicher beidbeiniger Abstoß vom Boden (nicht geräuschlos!) Griffart: Schlussgriff bzw. Schlusszwiegriff; die Arme werden im allgemeinen gekreuzt. Um die ganze Drehung ausführen zu können, müssen die Hände an der Sprosse / Griff / Brett umgreifen. Die Hüfte liegt während der Drehung nicht auf, sondern erst nach der kompletten Drehung gelangt der Körper in den (meist) Kniehang. 	 Winkelsitz kann mit oder ohne Aufstellen der Füße geturnt werden. Keine Anerkennung, wenn C19 direkt vor dem Abgang geturnt wird, d.h. wenn der Turner nicht wieder in eine Obere Phase gelangt. Wird aber vor dem Abgang noch ein Element in der Oberen Phase geturnt, bzw. erfolgt der Abgang in die gleiche Rollrichtung, so wird C 19 als C-Teil anerkannt. Keine Anerkennung, wenn C19 als Richtungswechsel geturnt wird, d.h. wenn kein weiteres Element in der Oberen Phase geturnt wird bzw. kein zentraler Richtungswechsel folgt.
Angled sitting with 1/1 turn and take-off from floor (Hands hold next to each other on the upper rung, handle or board.) (Not preceding a dismount against the rolling direction and not as a change of direction.)	* Clear take-off from floor with both feet together (noise is not a problem!) * Grip: Hands next to each other (same way round or alternate grip); arms are usually crossed. In order to complete the full turn, the gymnast will need to regrasp the rung/handle/board. * The hips do not touch the wheel until the full turn has been completed and the gymnast ends up in a knee hang position.	 * Angled sitting may be performed with or without feet touching the wheel. * No recognition if C19 is performed immediately before a dismount, i.e. if the gymnast does not reach a subsequent upper phase. The C will be recognised, however, if another element is performed in the upper phase, or if a dismount is performed in the same direction. * No recognition if C19 is performed as a change of direction, i.e. no subsequent element in the upper phase and no centralised change of direction.



Beispiel C19 / Example C19

ÜBUNGEN, DIE IHRE SCHWIERIGKEIT IN EINER KOMBINATION MEHRERER DEZENTRALER ELEMENTE HABEN MOVES THAT HAVE THEIR DIFFICULTY IN A COMBINATION OF SEVERAL DECENTRALISED ELEMENTS

KOMBINATIONEN IN DER OBEREN PHASE / COMBINATIONS IN THE UPPER PHASE

In diesem Kapitel wird nur die Schwierigkeit in der Oberen Phase aufgezählt. Mit beliebigem A-, B- oder C-Teil in der Unteren Phase, wird die Übung (obere + untere Phase) zum C-Teil. Vor einem zentralen Element, vor einem zentralen Richtungswechsel oder Sprossenlauf sowie vor dem Abgang ist ggf. eine solche Obere Phase schon alleine ein C-Teil.

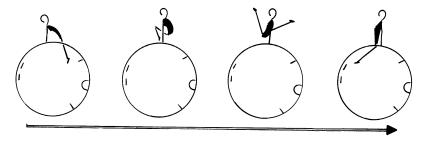
Handelt es sich im folgenden um Kombinationen von Elementen, die bereits vorher beschrieben wurden, so wird die genaue Bezeichnung aufgeführt und die an dieser Stelle gemachten Bemerkungen zur Anerkennung bzw. Merkmalen der technischen Ausführung gelten auch hier. Abweichungen werden besonders hervorgehoben.

In this chapter we look at difficulty performed in the upper phase. Whatever A, B or C value lower phase follows the described upper phase, the move as a whole (upper + lower phase) will be counted as a C. If the upper phase is performed directly before a centralised element, centralised change of direction or dismount, the upper phase alone will be counted as a C.

In the case of combinations of elements that have already been described (e.g. in the B difficulty catalogue), an exact description of the combination will be given and the comments regarding recognition and/or technical execution will also be valid as part of the C combination. Any deviations will be clearly specified.

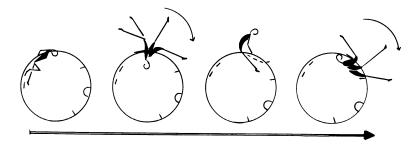
C20:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
B33 (=Hohes Überhocken, direkt) B34 (=Hoher Grätschbückstütz)	 Zur Ausführung des Hohen Überhockens: siehe B33. 	Anerkennung nur, wenn der Hohe Stütz direkt im Anschluss an das Überhocken
Oder	 * Zur Ausführung des Hohen Grätschbückstützes: siehe 	geturnt wird, d.h. ohne dass der Aktive z.B. zuerst in den Sitz geht.
B33 (=Hohes Überhocken, direkt) C16 (=Hoher Bückstütz)	B34	 Zur Anerkennung des Grätschbückstütz (Hüftwinkel!) siehe: B34
STRUKTURGRUPPE:		 Zur Anerkennung des hohen Bückstützes (Hüftwinkel!) siehe: C16
HOHES ÜBERHOCKEN		 * Anerkennung aller Varianten; auch am Richtungswechsel.

B33 (=High tuck over, directly followed by) B34 (=High pike straddle support) Or B33 (=High tuck over, directly followed by) C16 (=High pike support) STRUCTURE GROUP:	For execution of the high tuck over: see B33 For execution of the high pike straddle support: see B34	 Recognised only if the high pike straddle support is performed directly after the high tuck over, i.e. without the gymnast sitting on the wheel first. For recognition of the pike straddle support position (hip angle), see: B34 For recognition of the high pike support position (hip angle), see C16
HIGH TUCK OVER		* Recognition of all variations, including change of direction.



Beispiel C20 / Example C20

C21:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Rückenaufschwung in den Hohen Grätschsitz (=A-Teil), B22 (=Hohe Rolle vorwärts.) STRUKTURGRUPPE: HOHE ROLLE	 * Zur Ausführung des Rückenaufschwungs siehe B31. * Zur Ausführung der Hohen Rolle siehe B22. * Häufiger Fehler: Kurzer Radstillstand ("Ruck") 0,1-0,2P 	* Zur Anerkennung der Hohen Rolle (Ellbogen!) siehe B22.
Upward back circle into high straddle sitting (A), followed by B22 (= high roll forwards) STRUCTURE GROUP: HIGH ROLL	For execution of the upward back circle, see B31. For execution of the high roll, see B22. Common fault: Briefly stationary wheel (deduction 0.1-0.2)	* For recognition of the high roll (elbows!), see B22.



Beispiel C21 / Example C21

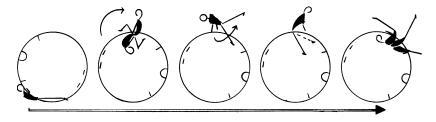
32

24 January 2018

C22:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Hüftumschwung rückwärts nach vorhergehender Bauchlage rückwärts, weiteres Element in der Oberen Phase, B22 (= Hohe Rolle) STRUKTURGRUPPEN: - HOHE ROLLE - HÜFTUMSCHWUNG Weitere Strukturgruppe möglich (siehe Beispiel C22 b)	 * Zur Ausführung des Hüftumschwungs: siehe B25. * Zur Ausführung der Hohen Rolle: siehe B22 	 Zur Anerkennung der Hohen Rolle (Ellbogen!) siehe B22. Das geforderte weitere Element in der Oberen Phase kann auch ein A-Teil sein. Anerkennung auch als Richtungswechsel.
Back hip circle after front lying backwards, followed by a second element in the upper phase and B22 (= high roll) STRUCTURE GROUPS: - HIGH ROLL - HIP CIRCLE Additional structure group possible (e.g. see C22 b)	* For execution of the hip circle, see B25 * For execution of the high roll, see B22	For recognition of the high roll (elbows!), see B22. The required second element in the upper phase may be an A. Recognition also as a change of direction

Beispiele / Examples:

C22 a):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Hüftumschwung rückwärts nach vorhergehender Bauchlage rückwärts, 1/2 Drehung in den Grätschsitz, B22 (= Hohe Rolle vorwärts) STRUKTURGRUPPEN: - HOHE ROLLE - HÜFTUMSCHWUNG	 Zur Ausführung der ½ Drehung: Beliebige Griffart und -zone (meist an den Reifen) Rückschwung der Beine erkennbar, Beine gestreckt (0,1-0,2P); mit dem Rückschwung beginnt die Grätschbewegung der Beine. 	 * Anerkennung auch als Richtungswechsel * Anerkennung der Hohen Rolle (Ellbogen!) siehe B22.
Back hip circle after front lying backwards, ½ turn into straddle sitting, B22 (= high roll forwards) STRUCTURE GROUPS: - HIGH ROLL - HIP CIRCLE	 For execution of the ½ turn: Optional grip and holding zone (usually on the rims) Visible backswing of legs, legs straight (0.1-0.2); the legs begin to straddle as the legs are swung backwards 	Recognition also as change of direction For recognition of the high roll (elbows!), see B22.

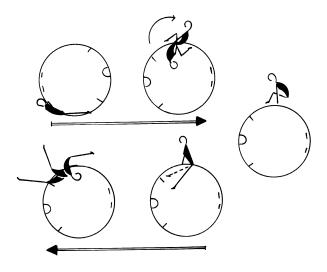


Beispiel C 22 a) / Example C 22 a)

34

24 January 2018

C22 b):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Hüftumschwung rückwärts nach vorhergehender Bauchlage rückwärts, B33 (= Hohes Überhocken) in den Grätschsitz, B22 (= Hohe Rolle vorwärts)		* Anerkennung auch als Richtungswechsel
STRUKTURGRUPPEN: - HÜFTUMSCHWUNG - HOHES ÜBERHOCKEN - HOHE ROLLE		
Back hip circle after front lying backwards, followed by B33 (= high tuck over) into straddle sitting, followed by B22 (= high roll forwards)		* Recognition also as change of direction
STRUCTURE GROUPS: - HIP CIRCLE		
- HIGH TUCK OVER - HIGH ROLL		

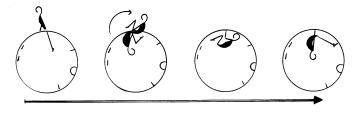


Beispiel C 22 b) / Example C 22 b)

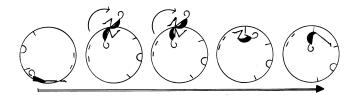
35

24 January 2018

C23:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
B25 rückwärts (= Hüftumschwung rückwärts; nicht nach vorausgehender Bauchlage rückwärts), Rolle rückwärts oder B44 (= Doppelhüftumschwung rückwärts nach vorausgehender Bauchlage rückwärts), Rolle rückwärts. STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG	Beliebige Griffart und -zone beim Hüftumschwung Häufiger Fehler: Kurzer Radstillstand ("Ruck") 0,1-0,2P	 * Anerkennung aller Varianten (auch am Bahnende, als Richtungswechsel, Rolle auch gehockt) * Anerkennung nur, wenn die Bedingungen für den Hüftumschwung rückwärts (einfacher Umschwung nicht aus der Bauchlage rückwärts, sondern z.B. nach Hockstemme oder Hüftaufschwung) erfüllt sind!
B25 backwards (= back hip circle; not after front lying backwards), roll backwards or B44 (= double back hip circle after front lying backwards), roll backwards STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE	Optional grip and holding zone for hip circle Common fault: Briefly stationary wheel (deduction 0.1-0.2)	 Recognition of all variations (including at end of length, as change of direction, and with tuck or angled/pike roll. Recognition only if the requirements are fulfilled for the back hip circle (single circle not from front lying backwards, but e.g. from jump or upswing into front support!



Beispiel C23 (nicht nach Bauchlage rw) / Example C23 (not after front lying backwards)

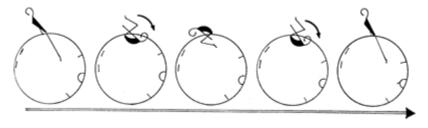


Beispiel C23 (nach Bauchlage rw) / Example C23 (after front lying backwards)

C24: B25 rückwärts (= Hüftumschwung rückwärts; nicht nach vorausgehender Bauchlage rückwärts), mit vorausgehendem oder nachfolgendem weiteren B-Teil in der Oberen Phase. oder	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions * Beliebige Griffart und -zone beim Hüftumschwung * Häufiger Fehler: Kurzer Radstillstand ("Ruck") 0,1-0,2P	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition * Anerkennung aller Varianten (auch am Bahnende, als Richtungswechsel, Hüftumschwung auch gehockt) * Anerkennung nur, wenn die Bedingungen für den Hüftumschwung rückwärts (einfacher Umschwung nicht aus der
B44 (= Doppelhüftumschwung rückwärts nach vorausgehender Bauchlage rückwärts), mit vorausgehendem oder nachfolgendem weiteren B-Teil in der Oberen Phase.		Bauchlage rückwärts!) erfüllt sind! Siehe zusätzliche Begründung Seite 4
STRUKTURGRUPPE: - HÜFTUMSCHWUNG		
Weitere Übungsgruppe möglich		
B25 backwards (= back hip circle; not after front lying backwards), with previous or subsequent B in the upper phase. or B44 (= double back hip circle after front lying backwards, with previous or subsequent with a B in the upper phase. STRUCTURE GROUP:	Optional grip and holding zone for hip circle Common fault: Briefly stationary wheel (deduction 0.1-0.2)	Recognition of all variations (including at end of length, as change of direction, or with tuck hip circle) Recognition only if the requirements for the back hip circle are fulfilled (i.e. single hip circle from front lying backwards not possible) See additional explanation on page 4
- HIP CIRCLE		
Additional structure group possible		

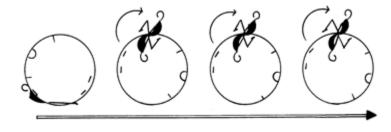
Beispiele / Examples:

C24 a):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung
	Judging Comments / Execution / Deductions	Difficulty Judge / Recognition
Doppelhüftumschwung rückwärts (nicht nach		* Anerkennung nur, wenn der
vorhergehender Bauchlage rückwärts)		Doppelhüftumschwung nicht aus der
		Bauchlage rückwärts geturnt wird,
STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG		sondern z.B. im Anschluss an einen
		Hüftaufschwung oder eine Hockstemme.
Double back hip circle (not after front lying		* Recognition only if the double back hip
backwards)		circle does not come from front lying
		backwards, but e.g. after an upward hip
STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE		circle or jump into front support.



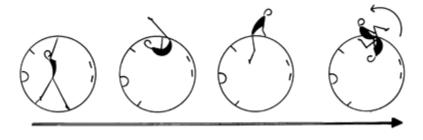
Beispiel C 24 a) / Example C 24 a)

C24 b):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Dreifachhüftumschwung rückwärts (auch nach vorhergehender Bauchlage rückwärts)	Beliebige Griffart beim Dreifachhüftumschwung: auch Zwischengriffe erlaubt!	* Anerkennung auch als Richtungswechsel
STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG		
Triple back hip circle (also after front lying backwards)	Optional grip for triple hip circle: also permitted to hold the wheel between circles!	* Recognition also as change of direction
STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE		



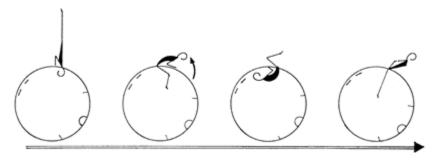
Beispiel C 24 b) / Example C 24 b)

C24 c):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
B23 (= Hüftaufschwung gegen die Rollrichtung), B25 (= Hüftumschwung rückwärts) STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG	Judging Comments / Execution / Deductions	* Der Hüftaufschwung gegen die Rollrichtung kann auch aus dem Abstoß vom Boden erfolgen.
B23 (= Upward hip circle against rolling direction), B25 (= back hip circle) STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE		* The upward hip circle against rolling direction may be performed after take-off from the floor.

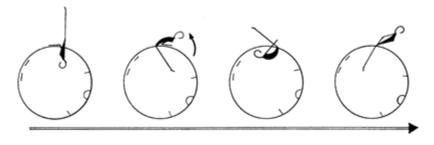


Beispiel C 24 c) / Example C 24 c)

C24 d):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
B35 oder B36 (= Hoher Ellbeugesturzhang bzw. Hoher Oberarmstütz), B25 rückwärts (= Hüftumschwung rückwärts) STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG		Anerkennung: die Streckung der Hüfte sowie die senkrechte Körperhaltung muss deutlich erkennbar sein und zumindest flüchtig eingehalten werden. [Sonst: B25 (Hüftumschwung)]
B35 or B36 (= high inverted elbow hang or high upper arm support), followed by B25 (= back hip circle) STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE		Recognition: hip extension and vertical body position must be clearly visible and at least briefly held. [Otherwise: B25 (hip circle)]

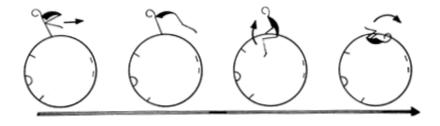


Beispiel C 24 d) (hoher Oberarmstütz) / Example C 24 d) (high upper arm support)



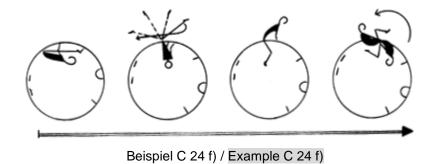
Beispiel C 24 d) (hoher Ellbeugesturzhang)/ Example C 24 d) (high inverted elbow hang)

C24 e):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung
	Judging Comments / Execution / Deductions	Difficulty Judge / Recognition
B33 rückwärts (= Hohes Überhocken rückwärts),		
B25 rückwärts (= Hüftumschwung rückwärts)		
STRUKTURGRUPPEN:		
- HOHES ÜBERHOCKEN		
- HÜFTUMSCHWUNG		
B33 backwards (= high tuck over backwards),		
followed by B25 backwards (= back hip circle)		
STRUCTURE GROUPS:		
- HIGH TUCK OVER		
- HIP CIRCLE		

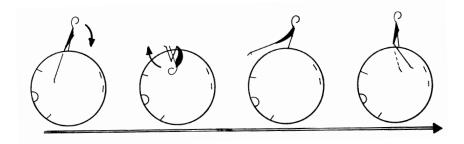


Beispiel C 24 e) / Example C 24 e)

C24 f):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
B26 (= Sitzaufschwung mit ½ Drehung), B25 rückwärts (= Hüftumschwung rückwärts)		
STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG		
B26 (= Upward seat circle with ½ turn), followed by B25 backwards (= back hip circle)		
STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE		



C25:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
B25 vorwärts (= Hüftumschwung vorwärts), Hohes Aufgrätschen	 Beim Aufgrätschen: Kein Auflegen der Ellbogen (= 0,1-0,2 P); Arme nicht völlig gestreckt (= kein Abzug) Hauptfehler: Kurzer Radstillstand 	* Anerkennung aller Varianten (auch beim Richtungswechsel)
STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG	("Ruck") * Beine beim Aufgrätschen gestreckt	
B25 forwards (= forward hip circle), followed by high straddle sitting	* For high straddle sitting: No elbows on the wheel (= 0.1-0.2); arms not completely straight (= no deduction)	Recognition of all variations (including change of direction)
STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE	Main fault: Briefly stationary wheel Legs must be straight in straddle position	

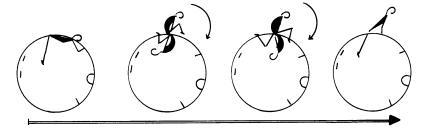


Beispiel C25 / Example C25

C26:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
B25 vorwärts (= Hüftumschwung vorwärts), mit vorausgehendem oder nachfolgendem weiteren B-Teil in der Oberen Phase STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG Weitere Übungsgruppe möglich	Beliebige Griffart und -zone beim Hüftumschwung vorwärts. Häufiger Fehler: Kurzer Radstillstand ("Ruck")	Anerkennung aller Varianten (als Richtungswechsel, Hüftumschwung auch gehockt)
B25 forwards (= forward hip circle), with preceding or subsequent additional B in the upper phase STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE Additional structure group possible	Optional grip and holding zone for forward hip circle. Common fault: Briefly stationary wheel	Recognition of all variations (as change of direction, tuck hip circle)

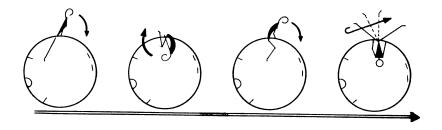
Beispiele / Examples:

C26 a):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Doppelhüftumschwung vorwärts	Zwischengriff der Hände erlaubt.	
STRUKTURGRUPPE: HÜFTUMSCHWUNG		
Forward double hip circle	* Holding between rotations is permitted.	
STRUCTURE GROUP: HIP CIRCLE		



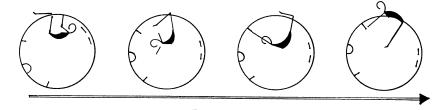
Beispiel C26 a) / Example C26 a)

C26 b):	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
B25 vorwärts (= Hüftumschwung vorwärts), B24 (= Hüftabschwung mit ½ Drehung, nicht in den Sitz vorwärts)		Keine Anerkennung, wenn der Hüftabschwung in eine Sitzvariante vorwärts geturnt wird (= B-Teil)
STRUKTURGRUPPEN: - HÜFTUMSCHUNG - HÜFTABSCHWUNG MIT ½ DREHUNG		
B25 forwards (= forward hip circle), followed by B24 (= downward hip circle with ½ turn, not into sitting forwards)		 No recognition if the downward hip circle is performed into a sitting position forwards (= B)
STRUCTURE GROUPS: - HIP CIRCLE - DOWNWARD HIP CIRCLE WITH ½ TURN		



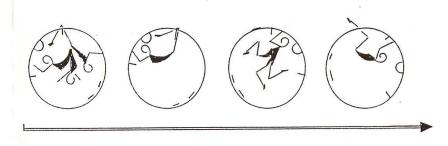
Beispiel C26 b) / Example C26 b)

C27:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Kniependelhang rückwärts, Sitz ohne Aufstellen der Füße rückwärts. STRUKTURGRUPPE: KNIEPENDELHANG	Arm-, Handfehler beim Griffassen nach dem Kniehang (0,1-0,2P) Beinfehler beim Kniehang: Beine nicht geschlossen.	Anerkennung aller Varianten (auch am Bahnende als Richtungswechsel oder mit besonderem Angang, z.B. aus dem Anlauf)
STRUKTURGRUFFE. KNIEFENDELHANG	Häufig: Kurzer Radstillstand ("Ruck"): 0,1-0,2P	 Keine Anerkennung, wenn die Sitzposition aus dem Kniehang heraus nicht erreicht wird (in diesem Fall siehe: B30).
Free knee swing backwards, into free sitting backwards.	 Incorrect arm and hand positioning when reaching for wheel (0.1-0.2) Incorrect leg positioning in knee swing: 	 Recognition of all variations (including at end of length, as change of direction or with special transition, e.g. from a run-up
STRUCTURE GROUP: FREE KNEE SWING	legs not together * Common fault: Briefly stationary wheel: 0.1-0.2	at the beginning of a routine) * No recognition if the sitting position after the knee swing is not achieved (in this case, see: B30).



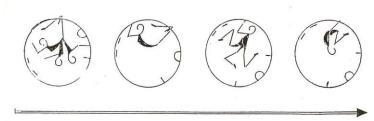
Beispiel C27 / Example C27

C28:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Freier Kniependelhang rückwärts, Hockpendelhang in den Kniependelhang (mit beliebigem nachfolgendem Element) STRUKTURGRUPPE: KNIEPENDELHANG	 * Es gelten die gleichen Ausführungsvorschriften wie bei B30 * Wird der Kniependelhang an der Griffsprosse geturnt, so müssen die Knie nicht völlig geschlossen sein. * Beim Hockpendelhang werden die Arme stark gebeugt, die Beine und Knie sind geschlossen. Beim erneuten Heben der Beine in den Kniehang ist ein Hängenbleiben mit den Füssen zu vermeiden. 	* Anerkennung aller Varianten: Als Richtungswechel oder in der Bahnmitte möglich. Das Verlassen des Kniehangs nach dem Hockpendelhang ist beliebig. Z.B.: Rutschen in den Sitz vw (als Richtungswechsel) oder weiterturnen in der Rollrichtung und Aufsetzen und Abstoss der Füsse vom Boden.
Free knee swing backwards, tuck swing through into tuck knee hang (with optional subsequent element) STRUCTURE GROUP: FREE KNEE SWING	 For execution, see B30 If the free knee swing is performed on the handle rung, the knees do not have to be completely together. In the tuck swing through, the arms are bent, legs and knees together. When lifting the legs into the second knee hang position, the feet should not touch the wheel. 	* Recognition of all variations: As change of direction or in continued rolling direction. Optional element after the second knee hang position. E.g.: Push into sitting position (as change of direction) or continue in rolling direction with take-off jump from floor.



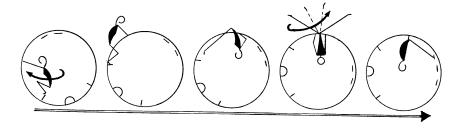
Beispiel C28 / Example C28

C29:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Freier Kniependelhang rückwärts, Rolle rw STRUKTURGRUPPE: KNIEPENDELHANG	 * Es gelten die gleichen Ausführungsvorschriften wie bei B30 * Wird der Kniependelhang an der Griffsprosse geturnt, so müssen die Knie nicht völlig geschlossen sein. * Bei der direkt anschliessenden Rolle rw ist ein Hängenbleiben an Reifen/Sprosse zu vermeiden. * Die Arme sind bei der Rolle stark gebeugt, Beine und Knie sind geschlossen. 	 Die Rolle muss direkt an den Kniehang geturnt werden. Werden die Füsse dazwischen am Reifen oder anderen Sprossen eingehakt, so kann das Teil nicht mehr als C-Teil gewertet werden (in diesem Fall: B30). Anerkennung aller Varianten: In der Bahnmitte oder als Richtungswechel möglich.
Free knee swing backwards, roll backwards STRUCTURE GROUP: FREE KNEE SWING	 For execution, see B30 If the free knee swing is performed on the handle rung, the knees do not have to be completely together. In the subsequent roll backwards, the feet should not touch the wheel. The arms are bent during the roll, legs and knees together. 	 The roll must be performed directly from the free knee swing. If the feet are used as support on the rim or rungs, the move will no longer be counted as a C (in this case: B30). Recognition of all variations: In the middle of a length or as change of direction.



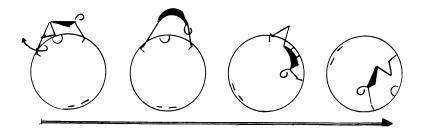
Beispiel C29 / Example C29

C30:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
A: Durchschub mit ½ Drehung aus dem Schlussstand, B24 (= Hüftabschwung mit ½ Drehung) (nicht in den Sitz vorwärts, Drehrichtung beibehalten) STRUKTURGRUPPE: HÜFTABSCHWUNG MIT ½ DREHUNG	Beliebige Griffart und -zone bei allen Elementen und Übergängen dieser Kombinationen. Häufige Fehler: Bein- und Fußhaltungsfehler, sowie kurzer Radstillstand (je 0,1-0,2P)	* Anerkennung auch: Am Bahnende als Richtungswechsel. Drehrichtung muss beibehaltenwerden. * Keine Anerkennung, wenn im zweiten Teil dieser Kombination kein Hüftabschwung mit ½ Drehung geturnt wird, bzw. wenn nach dem Hüftabschwung eine Sitzvariante vorwärts geturnt wird. * Der Durchschub mit ½ Drehung muss aus dem Hockstand mit geschlossener Fußstellung erfolgen. Ansonsten: B 24: Hüftabschwung mit ½ Drehung)
A: Push through with ½ turn from tuck stand with feet together, followed by B24 (= downward hip circle with ½ turn) (not into sitting forwards, keep the turning direction)	 Optional grip and holding zone in all elements and transitions in this combination. Common fault: Incorrect leg and foot positioning, as well as briefly stationary wheel (0.1-0.2 deduction per fault) 	 Recognition also as change of direction. The gymnast must keep the same turning direction in the second ½ turn. No recognition if there is no downward hip circle with ½ turn in the second half of the combination, or if the gymnast performs the downward hip circle with ½ turn directly into a sitting position.
STRUCTURE GROUP: DOWNWARD HIP CIRCLE WITH ½ TURN		* The push through with ½ turn must be initiated from tuck standing with legs together. Otherwise: B24: Downward hip circle with ½ turn.)



Beispiel C30 / Example C30

C31:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Hoher Liegestütz auf der hinteren Griffsprosse an der vorderen Griffsprosse vorwärts, ½ Drehung, Hohe Brücke rückwärts	 * Arme und Beine müssen in der Brücke kurzzeitig gestreckt werden (0,1-0,2P) * Beim Übergang von der Hohen Brücke ins Radinnere Arme und Beine stark gebeugt. * Beim Hohen Liegestütz ist besonders vor der ½ Drehung eine völlige Hüftstreckung unmöglich (keine Abzüge!) 	* Anerkennung aller Varianten (auch am Bahnende als Richtungswechsel * Der Hohe Liegestütz kann auch mit Spreizvariante ausgeführt werden.
High front support forwards with standing position on the back handle rung and grip on the front handle rung,½ turn, high bridge backwards	 * Arms and legs must be briefly extended in the bridge position (deduction: 0.1-0.2) * Arms and legs must be bent during transition from the high bridge into the inside of the wheel. * A full extension of the hips in the high front support immediately before the ½ turn is impossible (no deduction!) 	 Recognition of all variations (including at end of length as change of direction) The high front support may be performed with one leg in a different position.



Beispiel C31 / Example C31

KOMBINATIONEN VON UNTERER MIT OBERER PHASE / COMBINATIONS OF LOWER AND UPPER PHASE

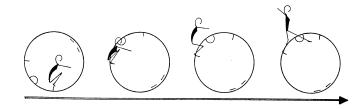
Die folgenden Elemente in der **Oberen Phase** gelten dann als C-Teil, wenn sie direkt anschließend an die beschriebene Untere Phase geturnt werden. (Die vorausgehende Untere Phase gehört dabei zur vorhergehenden dezentralen Übung und wird in Klammern gesetzt.)

Die beschriebene Obere Phase kann mit einer beliebigen nachfolgenden Unteren Phase oder vor dem Abgang oder einem zentralen Richtungswechsel auch alleine zum C-Teil werden.

The following elements in the **upper phase** have C difficulty when they are performed directly after the specified lower phase. (The preceding lower phase belongs to the previous decentralised move and is written in brackets.)

The described upper phase is counted as a C with any subsequent lower phase, before a dismount or before a centralised change of direction.

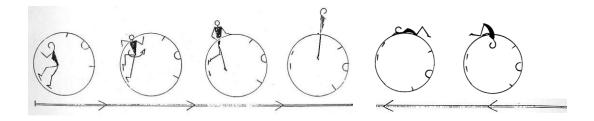
C32:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
(Freier Durchschub), (Hände in Vorhalte), Hoher Stand	Handfehler: Kurzes Berühren von Reifen / Griff beim Durchschub. Hier: Enge Auslegung nötig, da der Freie Durchschub die Schwierigkeit des Elements ausmacht. Bei Handfehlern darf es sich wirklich nur um kurzes "Streifen" handeln (ggf: Karibesprechung!) Vorderes Bein muss nicht sofort gestreckt sein beim Aufsetzen in den Hohen Stand.	Keine Anerkennung, wenn Turner am Rad greift, bevor der vordere Fuß auf der Standfläche aufgestellt wurde! Wenn kein Freier Durchschub: A-Teil! Ggf: Kampfrichterbesprechung! Anerkennung des Hohen Stands auch am Bahnende als Richtungswechsel
(Free push through), (hands in front), high standing position on the wheel	Hand fault: Brief touching of the rims / holding the wheel during the push through. Watch carefully, as the free push through represents the difficulty of the element. A hand fault may only be a "brushing" of the wheel (no holding). Judges' meeting if necessary. The front leg in the high stand does not have to be straight immediately.	No recognition if the gymnast holds the wheel before the front foot has been placed on the front handle rung! If there is no free push through: A. Judges' meeting if necessary! Recognition of the high stand also as a change of direction.



Beispiel C32 / Example C32

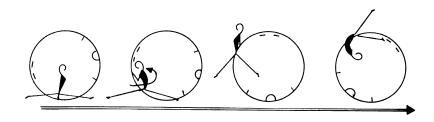
53

C33:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
(Hockstemme rückwärts mit ½ Drehung) Richtungswechsel, Hohe Rolle rückwärts bzw. Rückenumschwung	* Ausführung der Hockstemme mit ½ Drehung siehe Anhang	 Zählweise: Die Hockstemme mit ½ Drehung ist ein Übergangselement zwischen unterer und oberer Phase und gehört somit zur nachfolgenden Übung. Die darauffolgende Hohe Rolle rw. wird als ein C-Teil gewertet. Nicht anerkannt wird jede Art von Hockstemme in den flüchtigen Stütz, bei der die ½ Drehung erst nach dem Erreichen des Hohen Stützes rw. geturnt wird.
(Extended support backwards with ½ turn from standing on boards into support position on rims behind stride rung), change of direction, high roll backwards or back circle	* See appendix for execution of the extended support with ½ turn into support position	 Counting the difficulty: The extended support with ½ turn is a transition element between the lower and upper phase and thus belongs to the subsequent move. The subsequent high roll backwards will be counted as a C. No recognition of an extended support where the ½ turn takes place after the gymnast has already reached support position.



Beispiel C33 (mit hoher Rolle) / Example C33 (with high roll)

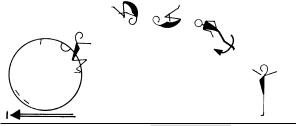
C34:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
(Spagatsitz mit ½ Drehung), B28 vorwärts (Spreizabschwung oder Knieabschwung)	 * Ausführungsfehler beim Spagatsitz: Siehe B38 * Ausführungsfehler beim Spreizabschwung: Siehe B28 	Anerkennung aller Varianten des Spreizabschwungs (auch am Bahnende als Richtungswechsel)
(Splits sitting with ½ turn), followed by B28 forwards (downward stride circle or downward knee circle)	For execution faults in splits sitting, see B38 For execution faults in downward stride circle, see B28	Recognition of all variations of the downward stride circle (including as change of direction at end of length)



Beispiel C34 / Example C34

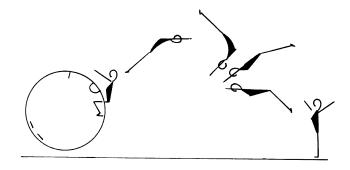
ABGÄNGE / DISMOUNTS

C35:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung
	Judging Comments / Execution / Deductions	Difficulty Judge / Recognition
Alle B-Abgänge (<u>ausser</u> Strecksprung mit 1/1 Drehung) mit zusätzlicher ½ Drehung um die Längsachse.	 Für die Ausführung der B-Abgänge, siehe "Difficulty Catalogue Straight-Line 2012 A and B Difficulty". Landung: Abzug für "Nachdrehen" nach der Landung: 0,1-0,2P (unabhängig davon, wie weit die Drehung beendet wurde) Erfolgt kein Nachdrehen im Stand: Kein Abzug, wenn die Drehung weniger als ¾ beendet ist. Abzug (0,1-0,2), wenn die Drehung mehr als ¾ beendet ist. (Der Kari muss dann davon ausgehen, dass das C-Teil versucht und anerkannt wurde und macht für die nicht ganz beendete Drehung einen Kleinabzug.) 	 * Anerkennung aller Varianten der beschriebenen Abgänge. * Anerkennung der Drehung: - Mehr als ¾ Drehung: - Anerkennung als C-Teil (mit oder ohne Nachdrehen im Stand) - Weniger als ¾ Drehung: Keine Anerkennung als C-Teil (mit oder ohne Nachdrehen im Stand)
All B dismounts (except straight jump with 1/1 turn) with an additional ½ twist around the longitudinal axis.	 For execution of the B dismounts, see "Difficulty Catalogue Straight-Line 2012 A and B Difficulty". Landing: Deduction for finishing the turn after landing: 0.1-0.2 If the gymnast does not finish the turn after landing: No deduction if the turn is less than ¾ complete (as difficulty will not be recognised). Deduction (0.1-0.2) if the turn is more than ¾ complete. (The judges must then assume that the C difficulty was attempted and recognised, and a minor deduction must be made for the not quite completed turn.) 	Recognition of all variations of the described dismounts. Recognition of the turn: - More than ¾ complete: Recognition as C (with or without gymnast completing the turn after landing) - Less than ¾ complete: No recognition as C (with or without gymnast completing the turn after landing)



Beispiel C35 / Example C35

C36:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Salto rückwärts gestreckt	 * Hüftwinkel: 180°, besonders auch in der zweiten Hälfte der Breitenachsendrehung (0,1-0,2P Abzug) * Flugphase: Deutliche Steigephase muss erkennbar sein. Abzug:0,1-0,2P. * Abzüge für Ausführungsfehler bei der Landung: siehe Kleinabzüge bzw. Halbpunktabzüge. * Vor der Landung: Oberkörper aufrecht, Hüftwinkel annähernd gerade. Abzug:0,1-0,2P. 	Wurde bisher nur aus dem Schwung (Durchschub) mit Stand auf der Sprosse geturnt.
Straight back somersault	 * Hip angle: 180°, in particular in the second half of the somersault. Deduction: 0.1-0.2 * Flight phase: Clear rising phase must be recognisable. Deduction:0.1-0.2 * Deductions for execution faults on landing: Minor deductions for incorrect body positioning or half-point deduction for a fall. * Before landing: Upper body upright, hip angle almost straight. Deduction: 0.1-0.2 	Has so far only been performed out of moving wheel from standing position on handle rung.



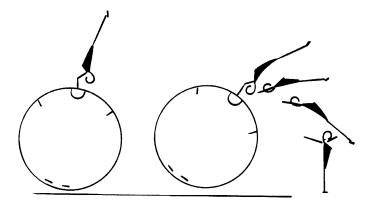
Beispiel C36: Salto rückwärts gestreckt / Example C36: Straight back somersault

C37:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge Judging Comments / Execution / Deductions	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung Difficulty Judge / Recognition
Salto aus dem Stand auf einem Reifen (Standzone ist boden- nah)	 * Besonders zu beachten: Körperhaltung bei der Landung: Oberkörper annähernd aufrecht. (Abzug: 0,1-0,2P) * Flugphase: Deutliche Steigephase muss erkennbar sein. Abzug:0,1-0,2P. * Abzüge für Ausführungsfehler bei der Landung: siehe Kleinabzüge bzw. Halbpunktabzüge. * Körperhaltung in der Flugphase: Abzüge z.B. für seitliche Schräglage, geöffneten Hüftwinkel, Hohlkreuzhaltung beim Salto rückwärts. 	 * Anerkennung aller Varianten des Salto (gehockt, gebückt, vorwärts, rückwärts) * Der Absprung erfolgt aus dem Stand (nicht dem Hohen Stand!), d.h. die Standzone ist bodennah.
Somersault from standing position on one rim (standing zone at floor level)	 Important: Body position on landing should be almost upright. (Deduction: 0.1-0.2) Flight phase: Clear rising phase must be recognisable. Deduction:0.1-0.2 Deductions for execution faults on landing: see minor deductions or half-point deduction Body position in the flight phase: Deductions for an uneven somersault, hip angle too open, arched back in backwards somersault. 	Recognition of all somersault variations (tuck, pike, forwards, backwards) Take-off from standing position (not high standing position), i.e. standing zone at floor level.

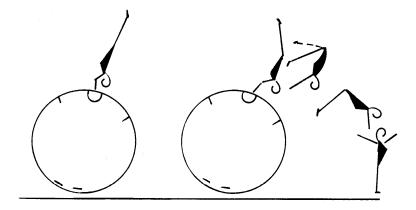


Beispiel C37 / Example C37

C38:	Kampfrichter / Ausführung / Abzüge	Schwierigkeitskampfrichter / Anerkennung
	Judging Comments / Execution / Deductions	Difficulty Judge / Recognition
Handstützüberschlag	Hüfte muss in die Streckung kommen (0,1-0,2P)	* Anerkennungskriterium: Winkel in den Ellbogengelenken mind. 90° (zumindest
oder Handstützabgrätschen	 * In der Kür: Abzüge für zu starke Beugung der Ellbogen nur dann, wenn eindeutig erkennbar ist, dass ein Hoher Handstütz geturnt werden sollte. (Ggf. Karibesprechung! 0,1-0,2P) * Beim Überschlag: Flugphase nicht sehr ausgeprägt; Abdruck muss erkennbar sein. * Beim Abgrätschen: Abdruck erkennbar, Oberkörper muss sich aufrichten und bei der Landung: gestreckte Körperhaltung. * Beinfehler beachten! 	 kurzzeitig!). Ggf. Karibesprechung. * Anerkennung aller Varianten (ggf. auch Grätschvarianten) beim Heben in den Handstütz. * Zählweise: Der Handstütz-Überschlag bzw. das Handstützabgrätschen zählt als ein Wert-(C-)-Teil, d.h. der Handstütz wird hier nicht für sich alleine als Obere Phase gezählt, da dies Voraussetzung für den Abgang ist und bewegungstechnisch eine Einheit bildet.
Handstand overswing	Hips must reach extended position (Deduction: 0.1-0.2)	Recognition criteria: minimum 90° elbow angle (at least briefly!). Judges' meeting
or Handstand straddle down	 Deduction for elbows too bent only applicable if it is obvious that the gymnast intended to perform a high handstand dismount. (Judges meeting if necessary! Deduction: 0.1-0.2) In overswing: Watch out for weak flight phase; Thrust from wheel must be visible. In straddle down: Thrust from wheel must be visible, upper body must rise to upright position und body should be extended on landing. Watch out for incorrect leg positioning! 	 if necessary. Recognition of all variations (including straddle variations) to get into handstand position. Counting difficulty: The handstand overswing and handstand straddle down dismounts count as one C. The handstand on its own does not count as a separate upper phase as it is a prerequisite for the dismount and forms part of the overall unit of movement.



Beispiel C38: Handstützüberschlag / Example C38: Handstand overswing



Beispiel C38: Handstützabgrätschen / Example C38: Handstand straddle down

Anhang / Appendix

Anmerkung zu Hoher Rolle (siehe C12, C13)

Comment regarding high rolls (see C12, C13)

Rollbewegungen

Bei den Rollbewegungen führt der Körper eine Drehbewegung um die Breitenachse aus.

Hohe Rolle

Die Drehbewegung erfolgt annähernd auf Höhe der Reifen, wobei sich der Körperschwerpunkt am Reifen entlang fortbewegt. Oberarme oder Schultern berühren dabei die Reifen. Der Rücken kann auf einer Sprosse aufliegen. Die Arme können während der Rolle gebeugt sein. Die Beine werden unmittelbar nach Verlassen der Ausgangsposition geschlossen und die Beinhaltung wird erst bei Erreichen der Endposition gegebenenfalls verändert. Die Hände greifen im Speichgriff von oben auf die Reifen. Bei der hohen Rolle vorwärts kann der Turner auch zunächst über die Armbeuge rollen und dann von außen an die Reifen greifen. Die Ellbogen bleiben während der Drehbewegung immer oberhalb der Reifenebene (im Gegensatz zu gewissen Varianten der Abschwungbewegungen).

Rolling movements

Rolling movements are characterised by a rotation of the body around its transverse axis.

High roll

61

The rotation takes place more-or-less at the level of the wheel rims, whereby the centre of body mass moves along the rims. Upper arms or shoulders are in contact with the rims. The back may be supported by a rung. Arms may be bent during the roll. Immediately after leaving the starting position, the legs are joined and stay together until the move has been completed. Hands are in radial grip on the rims. In the case of the high roll forwards, the gymnast may roll over the arms first and before establishing a grip on the rims from the outside. Elbows remain above the rim level throughout the rolling movement.

Anmerkung zu Hockstemme mit ½ Drehung (siehe C33):

Comment regarding extended support with half turn (see C33)

Hockstemme mit halber Drehung

Die Drehung erfolgt unmittelbar nach Durchschwingen der unteren Phase, also während der Beinstreckung aus dem Hockstand (Spreizhockstand). Dabei greifen die Hände nacheinander und zwar erst dann, wenn der Körper bereits ¼ Drehung ausgeführt hat und Schultern und Brust bereits von innen nach außen gelangt sind. Die Hände greifen im Speichgriff von oben auf die Reifen. Die Arme können zunächst im flüchtigen Unterarmstütz aufgesetzt werden.

Extended support with half turn

The turn occurs immediately after the swing through in the lower phase e.g. during the straightening of legs out of the tuck (or stride tuck) stand. The hands establish their grip one after another, but not before the body has achieved a ¼ turn and the shoulders and chest are outside the wheel. The hands are in a radial grip on the rims (from above). The arms may briefly pass through a lower arm support position.

Strukturgruppen (gültig ab Januar 2013)

Structure Groups (valid from January 2013)

Nach dem 3. Schwierigkeitsteil aus derselben **Strukturgruppe** (auch in Fällen, in denen mehrere Strukturgruppen in einer Elementverbindung vorkommen) wird das Schwierigkeitsteil nicht mehr gezählt. Zusätzlich wird ein Abzug von 0,2 P. (pro Strukturgruppe) im Küraufbau für Mangel an Vielseitigkeit vorgenommen.

The difficulty of a move will no longer be counted <u>after</u> the 3rd occurrence of an element from the same **structure group** (including cases where more than one group is represented in an element combination). For every structure group with more than three occurrences, there will be an additional deduction of 0.2 in composition for lack of variation.

Strukturgruppen im Geradeturnen sind:

Knieumschwung (alle Varianten)

- Hüftumschwung (alle Varianten)
- Hohes Überhocken (alle Varianten)
- alle Elemente, die den Kniependelhang beinhalten als zentrale oder dezentrale Elemente
- Hüftabschwung mit ½ Drehung
- Hohe Rolle (alle Varianten)
- Riesenbrücke (alle Varianten auch einarmig)

Innerhalb einer Übung können auch mehrere Elemente der gleichen Strukturgruppe geturnt werden (z.B. Hüftumschwung rückwärts doppelt oder dreifach) sowie mit Elementen aus anderen Strukturgruppen kombiniert werden (z.B. Hohes Überhocken rückwärts, Hüftumschwung rückwärts doppelt). Dabei zählt das mehrfache Turnen von Elementen der gleichen Strukturgruppe innerhalb einer Übung für die Vielseitigkeit genauso wie das einfache Turnen von Elementen einer Strukturgruppe. Beispiel: Hohes Überhocken rückwärts, Hüftumschwung rückwärts doppelt: Zählt für die Vielseitigkeit als: 1x Strukturgruppe 'Hohes Überhocken' und 1x Strukturgruppe 'Hüftumschwung'

Structure Groups in straight-line are:

- knee circle (all variations)
- **hip circle** (all variations)
- **high tuck over** (all variations)
- all element combinations containing a knee swing as a centralised or decentralised element
- downward hip circle with ½ turn
- high roll (all variations)

62

giant bridge (all variations – including one-armed)

The same structure group can only be counted ONCE per move (upper phase + lower phase) even if there is more than one element from the same structure group. There may also be more than one structure group represented in a move.

Example: High tuck over backwards followed by double back hip circle.

For the purpose of variation, this move counts as 1 x structure group 'high tuck over' and 1 x structure group 'hip circle'