

Anforderungen Landes-, Verbands- und Oberliga

Wir turnen nach dem aktuellen Code de Pointage 2022 – 2024 mit folgenden KA's:

Barren:

1. Flugelement vom oH zum uH
2. Flug am gleichen Holm oder Riesenfelge
3. Unterschiedliche Griffe oder holmnahes Element ab B
4. 1/2 LAD in der Übung (NICHT: Flugelemente, Kippe ½ Dr.)

In der Landesliga gilt die Ausnahme, dass am Stufenbarren nur 6 Elemente benötigt, werden

Balken:

1. Gymnastische Serie – 2 versch. Elemente, davon 1 Sprung 180 ° Spreizwinkel
2. **Gymnastische Drehung ODER Rollen / Scheren**
3. Akrobatische Verbindung (mind. 2 Elemente, davon 1 Salto oder zwei Elemente mit Flugphase)
4. Akrobatische Elemente vw/sw und rw

Boden:

1. Tänzerische Passage
2. Salto mit mind. 360° LAD
3. Doppelsalto oder anderer C-Salto als in KA 2
4. Salto rw und vw (keine freien Überschläge) in der gleichen oder einer anderen akrobatischen Bahn

Achtung: KA #2,3 und 4 müssen in Akrobatischen Bahnen gezeigt werden.

Eine Akrobatische Bahn besteht aus mind. 2 direkt miteinander verbundenen Flugelementen, von denen ein Element ein Salto sein muss.

NEUERUNG: Abgangsbonus

Am Barren, Balken und Boden wird ein **Bonus von 0,20 P** (der Bonus wird auf die D-Note addiert) vergeben, wenn der Abgang einen Schwierigkeitswert von

- Barren / Balken: Schwierigkeitswert B oder höher
- Boden: Schwierigkeitswert C oder höher

aufweist.

Um den Bonus zu erhalten, muss der Abgang ohne Sturz gezeigt werden.