

Kapitel 10

Boden

Elementgruppen

Übungsausführung

D-Note

Spezielle Abzüge

Elemente

Häufig gestellte Fragen (FAQs)

Elementgruppen

- I. Nicht-akrobatische Elemente
- II. Akrobatische Elemente vorwärts (Saltos und Überschläge) und Abrollelemente (keine Saltos)
- III. Akrobatische Elemente rückwärts (Saltos und Überschläge) und Sprünge rückwärts mit $\frac{1}{2}$ Drehung zu Saltos vorwärts (Twist)

Übungsausführung

„Die Bodenübung besteht hauptsächlich aus akrobatischen Elementen, die mit anderen gymnastischen Teilen wie Kraft-, Gleichgewichts- und Beweglichkeitselementen sowie Handständen und choreographischen Verbindungen kombiniert werden und so eine harmonische und rhythmische Gesamtheit bilden und unter Ausnutzung der gesamten Bodenfläche (12 m x 12 m) zu absolvieren sind.“

- Der Turner muss seine Übung innerhalb der Bodenfläche, aus dem Stand mit geschlossenen Beinen beginnen. Übung und Bewertung beginnen mit der ersten Fußbewegung des Turners.
- Die gesamte Bodenübung muss innerhalb der Bodenfläche absolviert werden. Elemente, die außerhalb der Bodenfläche begonnen werden, werden vom E-Kampfgericht normal bewertet, aber vom D-Kampfgericht nicht anerkannt.
- Die verfügbare Bodenfläche ist durch Seitenlinien oder unterschiedliche Farben begrenzt. Die Linien sind Bestandteil der Bodenfläche. Der Turner darf sie betreten, aber nicht übertreten.

- Das Übertreten wird von zwei Linienrichtern kontrolliert. Diese sitzen in den gegenüberliegenden Ecken und kontrollieren die ihnen am nächsten liegenden äußeren Begrenzungen. Übertretungen werden schriftlich dem D1-Kampfrichter mitgeteilt, der die Abzüge von der Endnote entsprechend den nachstehenden Kriterien vornimmt:
 - Landung oder Berührung mit 1 Fuß oder 1 Hand außerhalb der Fläche = 0.10 Pkt.
 - Berührung mit Füßen , Händen, Fuß und Hand oder mit anderen Körperteilen außerhalb der Fläche = 0.30 Pkt.
 - Landung direkt außerhalb der Fläche = 0.30 Pkt.
 - Elemente, die außerhalb begonnen werden, haben keine Wertigkeit.
- Wenn der Turner die Bodenbegrenzung übertreten hat, erfolgt für das Zurücktreten in die Bodenfläche kein Abzug.

- Die Dauer der Bodenübung beträgt maximal **75 Sekunden**. Sie wird von einem Zeitnehmer kontrolliert. Eine Minimalzeit ist nicht vorgeschrieben. Der Zeitnehmer gibt dem Turner nach **65 Sek.** ein akustisches Signal und noch einmal nach **75 Sek.** Damit zeigt er das Ende der vorgesehenen Zeit an. Die Zeit wird gemessen von der ersten Fußbewegung des Turners bis zum Abgang, der im Stand mit geschlossenen Beinen endet. Wird die vorgeschriebene Zeit überschritten, teilt der Zeitnehmer dies dem D1-Kampfrichter mit, der den entsprechenden Abzug von der Endnote vornimmt.

Es muss die gesamte Bodenfläche ausgenutzt werden. Es gibt keine Höchstanzahl, wie oft eine Diagonale beturnt werden darf. Dennoch darf die gleiche Diagonale nicht mehr als dreimal nacheinander genutzt werden. Wenn ein Turner die gleiche Diagonale dreimal nacheinander beturnt, muss er danach eine Querbahn zu einer Ecke des Bodens nutzen.

- Pausen vor akrobatischen Reihen oder Elementen von 2 Sekunden oder länger sind nicht gestattet (0,1 Punkte Abzug).

- Jedes akrobatische Element bzw. jede akrobatische Reihe muss mit einer sichtbar kontrollierten Landung enden, bevor mit einem nicht-akrobatischen Element fortgesetzt wird. Unkontrollierte Landungen bei derartigen Übergängen sind nicht erlaubt.
- Elemente, die mit Abrollen enden, müssen mit kurzzeitigem Stütz beider Hände ausgeführt werden, d.h. sie dürfen nicht ohne Handstütz oder mit Abrollen über die Handrücken ausgeführt werden.

Die Bodenübung muss mit einem akrobatischen Element enden, dass mit geschlossenen Füßen gelandet wird.

- Der Turner darf nicht einfache Schritte benutzen, um in die Ecke zu gelangen. Einfache Schritte bedeutet, dass der Turner die Position verändert ohne eine gymnastische Verbindung (Drehung mit mind. 180°, Sprung, Heben des Beines über die Horizontale, etc.) zu turnen.
- Der Abzug für ästhetische und Ausführungsfehler gilt pro Element und nicht für jeden Salto innerhalb eines Elementes.
- Die vollständige Liste der Fehler und Abzüge für die Übungsausführung

D-Note

- Der Abgang kann kein Element aus der Elementgruppe I sein.
- Sowohl für Senioren, als auch für Junioren ist ein Element mit Doppelsalto erforderlich, das zu den 10 (8 bei Junioren) zählenden Elementen gehören muss. Andernfalls 0.30 Pkt. neutraler Abzug durch das D-Kampfgericht.
- Akrobatische Elemente können verbunden werden, behalten jedoch ihren eigenständigen Wert.
- In der Bodenübung kann ein Element nur 1 Elementgruppe erfüllen. Wenn ein Element als Abgang ausgeführt wird (Elementgruppe II oder III) kann dieses Element nur die Abgangsgruppe erfüllen und der Turner muss ein weiteres Element dieser Gruppe zeigen, um die entsprechende Elementgruppe zu erfüllen. Das Element für den Abgang ist das erste von fünf zu zählenden Elementen einer Elementgruppe. Einzige Ausnahme: Im Falle einer Wiederholung zählt der Abgang nicht.

- Alle Twistelemente (Sprünge rw. m. $\frac{1}{2}$ Drehung zu Saltos vw.) sind in Gruppe III, akrobatische Elemente rw. (Bsp.: Doppeltwist m. $\frac{1}{2}$ Dr. = Doppelsalto rw. m. $\frac{1}{1}$ Dr. = D-Teil). Folgende Twistelemente haben dieselbe Wertigkeit und Elementnummer wie das Doppelsalto-Element mit der gleichen Anzahl an Drehungen: Doppeltwist gestr. m. $\frac{1}{2}$ Dr. (Penev), Doppeltwist gestr. (Tamayo) und Doppeltwist gestr. m. $\frac{1}{1}$ Dr. (Hypolito).
- Informationen für Verbindungen (CV):
 - Verbindungen können an beiden Seiten des Elements gegeben werden. Sie **müssen** innerhalb der 10 zählenden Elemente sein. (Wiederholungen sind nicht erlaubt).
 - **D oder höher + B oder C = +0.10; D oder höher + D oder höher = +0,2 .**
 - **Keine Verbindung für Kontersaltos. Bsp.: Doppelsalto rw. $\frac{1}{1}$ zu Salto vw. $\frac{1}{1}$.**
 - **Kein Verbindungsbonus zwischen Saltos mit Drehungen (z.B. Salto rw. mit $\frac{5}{2}$ Drhg.+Salto vw. Mit $\frac{1}{1}$ Drhg.**
 -

- 3/2 Saltoelemente mit Landung auf den Händen und sofortigem Absprung von den Händen sind nicht gestattet.
- Saltos zum Abrollen und Sprünge in den Liegestütz sind nicht als Wertteile erlaubt.
- Alle erlaubten Elemente, die zum Abrollen oder im Liegestütz enden, sind in der Schwierigkeitstabelle aufgeführt. Aus Sicherheitsgründen sind keine neuen derartigen Elemente erlaubt.
- Alle Elemente mit Kreisflanken und Thomasflanken haben den gleichen Wert und die gleiche Nummer sofern nicht anders ausgewiesen. Wendeschwünge mit gegrätschten Beinen sind nicht gestattet.
- Nicht in den Wertungsvorschriften aufgeführte Krafthalteteile mit gegrätschten Beinen sind nicht gestattet.

- Elemente, die sich aus 2 Kraftelementen zusammensetzen, erfordern einen Halt bei beiden Teilen des Elementes, um den angegebenen Wert zu erhalten. Wenn nur eines der beiden Kraftteile gehalten wird, wird nur der entsprechende niedrigere Wert angerechnet (Bsp.: Manna (1 s.) und Heben zum Handstand (ohne Halt) = C-Teil (nur für den Manna)).
- Alle Flanken und Thomasflanken beginnen und enden im Stütz vorlings.
- Vor oder nach dem Element I.94 (Thomas z. Hdst. mit gespr. Pirouette) können keine weiteren Elemente zur Werterhöhung angefügt werden. (Bsp.: eine Spindel vor dem Element I.94 erhöht den Wert nicht, da das MTC festgelegt hat, dass ein nichtakrobatisches Element keinen höheren Wert als D erhalten soll.)
- **Alle Japaner-Handstände erfordern geschlossene Beine in der Handstandposition**

- **Spezielle Wiederholungen:**
 - Es können maximal 2 Kraftelemente (einschließlich Krafthandstände) in der Übung für die Schwierigkeit gewertet werden. Die Elemente 1-48 der EG I werden als Kraftelemente eingestuft außer die Elemente:
 - Element I.19 - Handstand (2 Sek.)
 - Element I.31 - $\frac{1}{2}$ oder $\frac{1}{1}$ Dr. im oder in den Handstand.
 - **Bei mehr als 2 Kraftelementen zählen die hochwertigsten Elemente für die D-Note.**
 - Es können maximal 2 Elemente mit Kreisflanken, gespreizten Kreisflanken oder Russenwendeschwüngen in einer Übung für die Schwierigkeit gewertet werden.
 - **Bei mehr als 2 Flankenelementen zählen die hochwertigsten Elemente für die D-Note.**

Spezielle Abzüge (D-Kampfgericht)

| Fehler | Klein 0.10 | Mittel 0.30 | Groß 0.50 |
|--|--|----------------|--------------|
| Übung länger als 75 Sek. | ≤ 2 Sek. | > 2 – 5 Sek. | ≥ 5 Sek. |
| Nicht-Akrobatischer oder verbotener Abgang (Rolle) | Nichtanerkennung des Elements durch das D-Kampfgericht | | |
| Landung oder Berührung des Bodens mit 1 Fuß oder 1 Hand außerhalb der Fläche | + | | |
| Berührung des Bodens mit Füßen, Händen, Fuß u. Hand o. anderem Körperteil außerhalb der Fläche | | + | |
| Landung direkt außerhalb der Fläche | | + | |
| Nichtbeturnen aller 4 Ecken | | + | |
| Kein Mehrfachsalto-Element (auch für Junioren) | | + | |
| Außerhalb der Fläche begonnene Elemente | Keine Wertigkeit | | |
| Beturnen der gleichen Diagonale mehr als 3 mal in Folge | | + | |

Spezielle Abzüge (E-Kampfgericht)

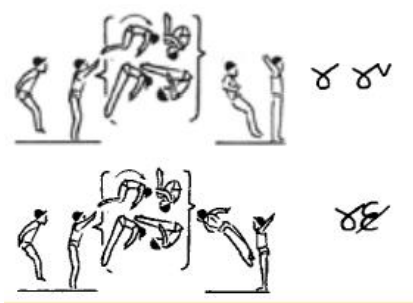
| Fehler | Klein 0.10 | Mittel 0.30 | Groß 0.50 |
|--|---------------|--------------------|-----------------|
| Ungenügende Höhe bei akrobatischen Elementen | + | + | |
| Ungenügende Beweglichkeit bei gymnastischen und statischen Elementen | + | + | |
| Akrobatische Elemente mit Abrollen ohne Aufstützen der Hände | | Auf den Handrücken | Ohne Aufstützen |
| Pause \geq 2 Sek. vor akrobatischen Elementen | + | | |
| Unkontrollierte Landungen (auch bei Verbindungen) | + | + | + Sturz 1.00 |
| Einfache Schritte oder Verbindungen zum Erreichen der Ecke | + | | |
| Sprung (oder Fallen) in den Liegestütz direkt nach einem Salto | | | + |

Gelöschte Elemente

- *Menichelli-Bogengang rw.*
- *Endorolle in den Japanerhandstand*
- *Breakdance-Variationen*
- *Kopf/Nackenkippe mit ½ Dr. z.Hdst. o. 1/1 Dr. z.Liegestütz*
- *Sprung m. 1/1 Dr. zum Überschlag*
- *Salto vw. gestreckt i.d.Liegestütz*
- *Salto vw. geh. o. geb. m. 1/1 Drhg i.d.Liegestütz*
- *Salto vw. gestreckt mit 1/1 Dr. i.d.Liegestütz*
- *Spreizsalto vw.*
- *Sprung rw. mit ½ Dr. u.Überschlag vw.*
- *Twistsalto i.d.Liegestütz*
- *Temposalto rw. (gleiches Element wie Salto rw. gestr.)*

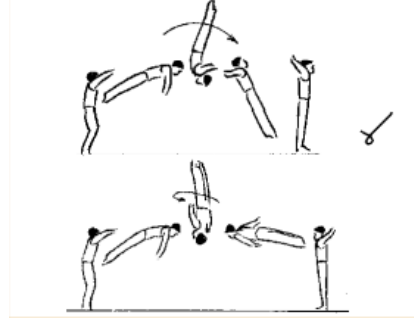
Zusammengefasste Elemente (EG 2)

13. Salto vv. geh. o. geb., auch mit 1/2 Drhg.
Salto fwd. tucked or piked, also with 1/2 t.
 Сальто вп. в груп. или согн. также с 1/2 п..



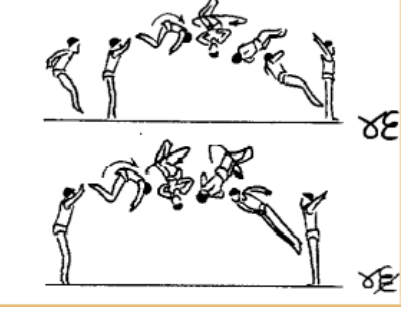
Salto vv. geh. o. geb. **auch mit 1/2 Drhg.**

14. Salto vv. gestr., auch mit 1/2 Drhg.
Salto fwd. straight, also with 1/2 t.
 Сальто вперед прогнувшись., также с 1/2 п..



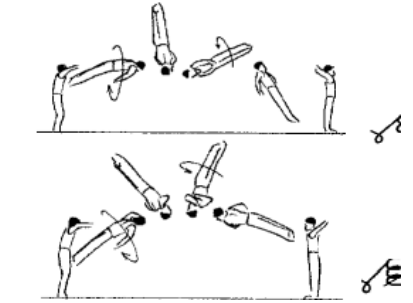
Salto vv. gestr. **auch mit 1/2 Drhg.**

20. Salto vv. geh. m. 1/1 Dr., auch mit 3/2 Dr.
Salto tucked with 1/1 t., also with 3/2 t.
 Сальто вп. в груп. с 1/1 п., также с 3/2 п..



Salto vv. geh. mit 1/1 Dr., **auch mit 3/2 Dr.**

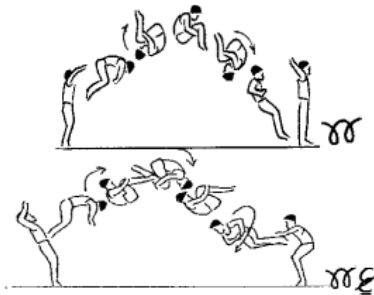
27. Salto vv. gestr. m. 1/1 Dr., auch mit 3/2 Dr.
Salto fwd. str. with 1/1 t., also with 3/2 t.
 Сальто вп. прогн с 1/1 п также с 3/2 п..



Salto vv. gestr. m. 1/1 Dr., **auch mit 3/2 Dr.**

Zusammengefasste Elemente (EG II)

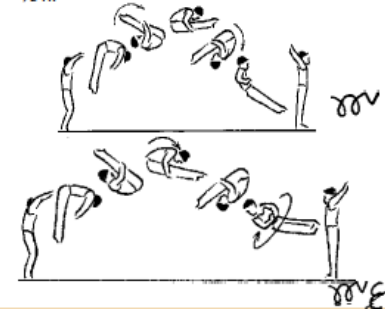
16. Doppelsalto vw. geh., auch mit ½ Drhg.
Double salto fwd. tucked, also with ½ t.
Двойное сальто вперед с также с ½ п.



Doppelsalto vw. geh. auch mit ½ Drhg.

D-Teil

17. Doppelsalto vw. geb., auch mit ½ Drhg.
Double salto fwd. piked, also with ½ t.
Двойное сальто вперед согнувшись, также с ½ п.

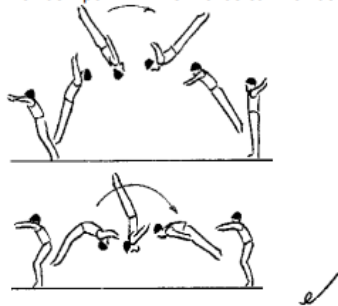


Doppelsalto vw. Geb. Auch mit ½ Drhg.

E-Teil

Zusammengefasste Elemente (EG II)

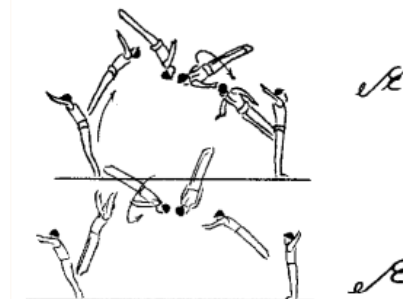
2. Salto rw. gestr. o. Temposalto rw.
Salto backwards str. or Tempo salto bwd.
Сальто наз. прогн. или темповое сальто наз.



Salto rw. gestr. o. **Temposalto rw.**

B-Teil

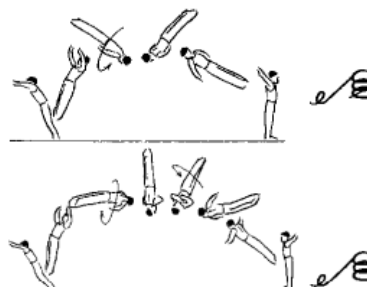
8. Salto rw. gestr. m. 1/2 o. 1/1 Dr.
Salto backwards str. w. 1/2 t. or 1/1 t.
Сальто наз. прогн с 1/2 п., с 1/1 п.



Salto rw. gestr. m. 1/2 o. **1/1 Dr.**

B-Teil

27. Salto rw. gestr. m. 3/2 o. 2/1 Dr.
Salto bwd. str. with 3/2 t. or 2/1 t.
Сальто наз. прогн с 3/2 п., 2/1



(Salto rw. gestr. m. 3/2 o. **2/1 Dr.**

C-Teil

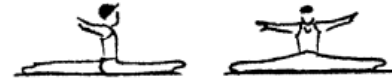
Neue/Geänderte Elemente (EG I)

79.1 Kreisflanken o. gespr. Kreisflanken..
1 circle or flair.
1 круга или круга н. врозь..



ff

55. Entfällt
Cross or side split (stop required).
Шпагат любой. (с остановкой)



⊥

1 Kreis- oder Thomasflanke = A

A-Element:Keine Haltezeit notwendig

Häufig gestellte Fragen (FAQs)

- **Wie wird eine absichtliche Landung seitwärts nach einem Salto-Element bewertet?**

Nichtanerkennung durch das D- und normale Abzüge durch das E-Kampfgericht. Hinweis: Es gibt keinen gesonderten Abzug für eine absichtliche Landung seitwärts.

- **Element #I.94: Gespr. Kreisfl. m. gesprungener 360° Dr. d. d. Handstand, Senken z. gespr. Kreisfl. (2 Sprünge). Was passiert falls nur ein Sprung mit 180° Drehung gezeigt wird?**

Nichtanerkennung durch das D-Kampfgericht für Gespr. Kreisfl. m. gesprungener 180° Dr. d. d. Handstand, Senken z. gespr. Kreisfl. (1 Sprung) und normale Abzüge durch das E-Kampfgericht.

- Element #I.105, Gespr. Kreisfl. m. $>270^\circ$ Spindel (in 2 Flanken) direkt i. d. Handstand. Was bedeutet das genau?

Das bedeutet, dass der Turner die Spindel in 2 Flanken turnen und aus der zweiten Flanke direkt in den Handstand übergehen sollte. Wird eine zusätzliche Flanke nach Vollendung der Spindel geturnt, wird die Sequenz in 2 Elemente zerlegt.

- Wie wird es bewertet, wenn der Turner einen Salto rw. m. 2/1 Dr. in der Übung und auch als Abgang zeigt (beim Versuch eines Salto rw. m. 5/2 Dr. mit ungenügender Drehung)?

Normalerweise wird der Abgang am Boden immer zuerst gezählt aber im Falle von einfacher Wiederholung würde er als Wiederholung gewertet und nicht vom D-Kampfrichter anerkannt werden (Wert + EG). Hierbei ist die Elementnummer ausschlaggebend. Wer also einen Salto vorw. gestr. mit 1/1 Dr. in der Übung geturnt hat und dann einen Salto vorw. mit 3/2 Dr. als Abgang turnt, wird der Abgang als Wiederholung gestrichen!

- Gibt es im Code de Pointage keine einfachen Twistsaltos?

Element III.7, Salto rw. geh. o. geb. m. $\frac{1}{2}$ Dr., enthält auch Twist geh. o. geb. im selben Kästchen (A Teil). Element III.8, Salto rw. gestr. m. $\frac{1}{2}$ Dr., enthält auch Twist gestr. Im selben Kästchen (B Teil).

- Es gibt hochwertige Elemente mit Drehungen und einfachem Salto, die nicht in gehockter oder gebückter Ausführung im Code de Pointage stehen. Welchen Wert erhalten diese wenn sie gehockt geturnt werden? Beispiel: Salto vw. gestr. m. 2/1 Dr. (II.28, D-Teil).
Jedes einfache Salto-Element, das nicht gehockt oder gebückt aufgeführt ist, erhält den Wert des gestreckten Elements mit entspr. Abzügen durch das E-Kampfgericht für “undeutliche Position”- klein, mittel oder groß. Beispiel: Salto vw. gestr. m. 2/1 Dr. (II.28, D-Teil) in deutlich gehockter Ausführung = D Teil mit -0,5 Abzug durch das E-Kampfgericht für “undeutliche Position

- Viele Salto-Elemente müssen gestreckt geturnt werden, aber der Turner beugt die Knie oder Hüfte leicht. Wann sollte hier nur eine gehockte oder gebückte Position anerkannt werden?

Wenn die Hüfte während eines Saltos eine Beugung von mehr als 45° ausgehend von der gestr. Position aufweist, wird es als geb. Position eingestuft. Wenn die Knie mehr als 45° gebeugt sind, auch in Kombination mit einer Hüftbeugung, wird es als geh. Position eingest.

Hinweis: Im Code de Pointage sind keine einfachen Salto-Elemente (vw. oder rw.) gebückt mit 1/1 Dr. oder mehr aufgeführt. Wenn ein Turner ein solches einfaches Salto-Element (vw. oder rw.) mit 1/1 Dr. oder mehr in gebückter Ausführung turnt, wird es vom D-Kampfgericht den Wert des gestr. Elementes erhalten, aber das E-Kampfgericht wird den entsprechenden Abzug für die Körperposition (klein, mittel oder groß) anwenden: „undeutliche Position (geh., geb., gestr.)“.

Die gleiche Bewertungsgrundlage gilt für einfache Salto-Elemente vw. geh. mit mehr als $3/2$ Dr. und einfache Salto-Elemente rw. geh. mit mehr als $1/2$ Dr. Der Turner erhält vom D-Kampfgericht den Wert des gestr. Elementes, aber das E-Kampfgericht wird den entsprechenden Abzug für die Körperposition (klein, mittel oder groß) anwenden: „undeutliche Position

(geh., geb., gestr.)

- Was ist der Abzug für das Benutzen der gleichen Diagonale mehr als drei Mal in direkter Folge?
Abzug 0,3. Die neue Anforderung ist es, nach 3 hintereinander beturnten Diagonalen eine Querbahn in eine andere Ecke zu turnen.
- Ein Turner schließt die Landung einer akrobatischen Reihe vollständig ab und verwendet dann als Übergang einen Sprung i. d. Liegestütz. Gibt es für diesen Sprung i. d. Liegestütz einen Abzug durch das E-Kampfgericht?
 - Kein Abzug nach vollständig abgeschlossener Landung.

Geschafft!



**Vielen Dank für
eure Aufmerksamkeit.**