

Die nachfolgenden Übungen stellen die **Ausschreibung für die Mischwettkämpfe auf dem Gau-Schüler- und Jugendturnfest** dar. Sie sind **nur dort und nur für diese Wettkämpfe** gültig. Die Übungen für den männlichen und den weiblichen Bereich an den Geräten Boden, Sprung und Reck sind gleich.

Alle reinen Gerätewettkämpfe werden nicht nach dieser Ausschreibung, sondern nach den entsprechenden Aufgabenbüchern des DTB geturnt.

Boden

Boden P1 (Maximale Endnote: 11,00 Punkte)

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				k	m	g
1	Anlauf mit 2-3 Schritten, beidbeiniger Absprung zum Strecksprung	0,2	Fehlerhafter Absprung		0,3	
2	Senken in den Hockstand, Aufstützen der Hände, Rückstrecken der Beine zum Liegestütz vorlings; Anhocken der Beine; Rückstrecken der Beine zum Liegestütz vorlings; Anhocken der Beine	0,2 0,2	Unkoordinierter Ablauf Ungenügender Hockstand Fehlerhafter Stütz Keine Körperstreckung im Liegestütz	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3 0,3	0,5
3	Stecksprung	0,2				
4	Senken über den Hockstand zum Hocksitz, Rückenschaukel zurück und vor mit dynamischem Aufrichten (beidbeinig, einbeinig oder über die Schrittstellung) in den Stand	0,2	Keine deutliche Schaukelbewegung Unkoordinierter Ablauf Nachstützen der Hände	0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5
	Ausklang freigestellt					

Boden P2 (Maximale Endnote 12,00 Punkte)

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				k	m	g
1	Nachstellhüpfer; Nachstellhüpfer gegengleich	0,1 0,1	Unkoordinierter Ablauf		0,3	
2	Senken in den Hockstand, Aufstützen der Hände, Rückstrecken der Beine zum Liegestütz vorlings	0,2	Unkoordinierter Ablauf Ungenügender Hockstand Fehlerhafter Stütz Keine Körperstreckung im Liegestütz	0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5
3	Langsames Senken in die Bauchlage, Strecken der Arme in Verlängerung des Oberkörpers	0,2	Unkontrolliertes Senken Falsche Körperhaltung	0,1 0,1	0,3 0,3	

4	1/2 LAD in die Bauchlage (Arme bleiben in Verlängerung), Heben in die „Schiffchenhaltung“	0,2	Falsche Körperhaltung Unterstützung der Beine beim Drehen	0,1 0,1	0,3 0,3	0,5
5	Rückenschaukel zurück und vor (über die Kerzenposition möglich) mit dynamischem Aufrichten (beidbeinig, einbeinig oder über die Schrittstellung) in den Stand	0,2	Ungenügende Hüftstreckung (zu starkes Schließen des BRW) Keine deutliche Schaukelbewegung Nachstützen der Hände	0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5
6	Verbindung: Rolle vw, Streck sprung	0,5	Unterbrechen der Verbindung Keine Beinstreckung in der Rolle Fehlende Stützphase Nachstützen der Hände	0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	W.d.E.
7	2-3 Schritte, Absprung zum Pferdchensprung oder Schersprung	0,5	Ungenügende Beinhöhe	0,1	0,3	
	Ausklang freigestellt					

Boden P3 (Maximale Endnote 13,00 Punkte)

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				k	m	g
1	Aus dem Stand Verbindung: Rolle vw, Streck sprung	0,5	Unterbrechen der Verbindung Keine Beinstreckung in der Rolle Fehlende Stützphase Nachstützen der Hände	0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	W.d.E.
2	Senken, Zurückrollen in den flüchtigen Nackenstand (Kerze), Abrollen mit dynamischem Aufrichten (beidbeinig, einbeinig oder über die Schrittstellung) in den Stand	0,5	Ungenügende Hüftstreckung (zu starkes Schließen des BRW) Nachstützen der Hände	0,1	0,3 0,3	0,5
3	Schwingen in den flüchtigen Handstand , Senken in die Schrittstellung, Aufrichten zum Stand	0,5	Abweichung von den Senkrechten - bis 45° - mehr als 45°		0,3	W.d.E.
4	2-3 Schritte vorwärts, beidbeiniger Absprung zum Hocksprung	0,5	Ungenügende Höhe Ungenügende Hockposition Absprung einbeinig	0,1 0,1	0,3 0,3	W.d.E.
5	Schritt (Anhüpfer erlaubt) Handstütz-Überschlag sw (Rad) mit Drehung gegen die Bewegungsrichtung	1,0	Abweichen von der Senkrechten Ungenügender ARW Ungenügendes Spreizen der Beine Abweichen aus der Bewegungsrichtung	0,1 0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3 0,3	0,5 0,5
	Ausklang freigestellt					

Boden P4 (Maximale Endnote 14,00 Punkte)

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				k	m	g
1	Aus dem Stand: Schritt vw, Schwingen in den flüchtigen Handstand, Abrollen in den Stand	1,0	Abweichen von der Senkrechten (mehr als 10°) Unkontrolliertes Abrollen Fehlendes Abrollen Ungenügender ARW Nachstützen der Hände	0,1 0,1	0,3 0,3	W.d.E. 0,5
2	Strecksprung mit 1/2 LAD	0,5	Fehlerhafte Körperstreckung Gleichgewichtsverlust Drehung nicht vollendet	0,1 0,1	0,3 0,3	W.d.E.
3	Rolle rw über den hohen Hockstütz (Felgrolle erlaubt) in den Hockstand	1,0	Kein hoher und sicherer Handstütz Hände stützen nacheinander Landung auf den Knien	0,1	0,3 0,3	0,5
4	Nachstellhüpfer; Nachstellhüpfer gegengleich; (Anhüpfer erlaubt) Handstütz-Überschlag seitwärts (Rad) , Aufrichten mit 1/4 LAD in oder gegen die Bewegungsrichtung	0,5	Unkoordinierter Ablauf Fehlender Nachstellhüpfer je Abweichen von der Senkrechten Ungenügender ARW Ungenügendes Spreizen Abweichen aus der Bewegungsrichtung	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5 0,5
5	1 bis 2 Schritte vw, Einsprung und beidbeiniger Absprung zur Sprungrolle	1,0	Kein beidbeiniger Absprung Ungenügende Flugphase Keine Flugphase Gebeugte Hüfte Unkontrolliertes Abrollen Nachstützen der Hände	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	W.d.E. 0,5
	Ausklang freigestellt					

Sprung

Sprung P1 (Maximale Endnote 11,00 Punkte)

Gerät: Sprungbrett, Mattenlage 30 cm

Ausschreibung	Fehlerhinweise	Abzüge		
		k	m	g
Zwei bis drei Schritte Anlauf	Mehr als 3 Schritte Anlauf Auflaufen auf das Brett			0,5 0,5
Strecksprung	Unkoordinierter Einsprung/Absprung Ungenügende Steigphase Fehlende Körperstreckung Gleichgewichtsverlust	0,1 0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3 0,3	0,5 0,5 0,5 0,5
in den Stand				

Sprung P2 (Maximale Endnote 12,00 Punkte)

Gerät: Kasten seit, Höhe: 70 cm

Ausschreibung	Fehlerhinweise	Abzüge		
		k	m	g
Anlauf	Auflaufen auf das Brett			0,5
Aufhocken auf den Kasten mit sofortigem Strecksprung	Unkoordinierter Einsprung/Absprung	0,1	0,3	0,5
	Keine deutliche Stützphase	0,1	0,3	0,5
	Nachstützen auf dem Kasten je			1,0
	Füße nicht zwischen den Händen			0,5
	Aufhocken nur mit einem Bein			2,0
	Aufknien			3,0
	Verzögerter Absprung	0,1	0,3	0,5
	Kein beidbeiniger Absprung vom Kasten			1,0
	Keine Körperstreckung beim Strecksprung	0,1	0,3	0,5
	in den Stand	Gleichgewichtsverlust	0,1	0,3

Sprung P3 (Maximale Endnote 13,00 Punkte)

Gerät: Kasten seit, Höhe: 90 cm

Ausschreibung	Fehlerhinweise	Abzüge		
		k	m	g
Anlauf	Auflaufen auf das Brett			0,5
Aufhocken auf den Kasten mit sofortigem Strecksprung mit Grätschen und Schließen der Beine	Unkoordinierter Einsprung/Absprung	0,1	0,3	0,5
	Keine deutliche Stützphase	0,1	0,3	0,5
	Nachstützen auf dem Kasten je			1,0
	Aufhocken nur mit einem Bein			2,0
	Aufknien			3,0
	Verzögerter Absprung	0,1	0,3	0,5
	Kein beidbeiniger Absprung vom Kasten			1,0
	Kein Grätschen			ung.*
in den Stand	Gleichgewichtsverlust	0,1	0,3	0,5

*) Das Grätschen muss mehr als schulterbreit gezeigt werden, ansonsten ist der Sprung ungültig, Endnote: 0,00 Punkte

Sprung P4 (Maximale Endnote 14,00 Punkte)

Gerät: Bock seit, Höhe: 100 cm

Ausschreibung	Fehlerhinweise	Abzüge		
		k	m	g
Anlauf, Absprung	Auflaufen auf das Brett			0,5
Sprunggrätsche	Unkoordinierter Einsprung/Absprung	0,1	0,3	0,5
	zu langer Stütz	0,1	0,3	
	Berühren des Gerätes mit Gesäß/Beinen			0,5
	Aufsitzen			ung.
	Keine sichtbare Steigphase	0,1	0,3	0,5
in den Stand	Kein Aufrichten des Oberkörpers	0,1	0,3	0,5
	Gleichgewichtsverlust	0,1	0,3	0,5

Reck

Reck P1 (Maximale Endnote 11,00 Punkte)

Geräthöhe: etwa schulterhoch

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				k	m	g
1	Aus dem Stand vorlings mit Ristgriff: Beidbeiniger Sprung in den Stütz	0,2	Stützaufnahme nacheinander Zu starker Hüftwinkel Mühsames Strecken der Arme	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3	
2	Langsamer Hüft-Abzug zum Stand vorlings (Schritt rückwärts, wenn nötig)	0,3	Unkontrolliertes Senken Zu frühes Hocken	0,1 0,1	0,3 0,3	0,5
3	Beidbeiniger Sprung in den Stütz	0,2	Stützaufnahme nacheinander Zu starker Hüftwinkel Mühsames Strecken der Arme	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3	
4	Vorschwing, Rückschwung , Niedersprung in den Stand vorlings	0,3	Fehlender Rückschwung Unkontrollierter Niedersprung	0,1	0,3 0,3	

Reck P2 (Maximale Endnote 12,00 Punkte)

Geräthöhe: etwa schulterhoch

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				k	m	g
1	Aus dem Stand vorlings mit Ristgriff: Beidbeiniger Sprung in den Stütz	0,2	Stützaufnahme nacheinander Zu starker Hüftwinkel Mühsames Strecken der Arme	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3	
2	Langsamer Hüft-Abzug zum Stand vorlings (Schritt rückwärts, wenn nötig)	0,3	Unkontrolliertes Senken Zu frühes Hocken	0,1 0,1	0,3 0,3	0,5
3	Beidbeiniger Sprung in den Stütz	0,2	Stützaufnahme nacheinander Zu starker Hüftwinkel Mühsames Strecken der Arme	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3	
4	Vorschwing, Rückschwung, Niedersprung in den Stand vorlings	0,3	Fehlender Rückschwung Unkontrollierter Niedersprung	0,1	0,3 0,3	
5	(Zwischenfedern erlaubt) Felgabschwung (Unterschwung) mit oder ohne Schwungbeineinsatz in den Stand	1,0	Hüfte unter Stangenhöhe Ungenügender Felgansatz	0,1 0,1	0,3 0,3	0,5 0,5

Reck P3 (Maximale Endnote 13,00 Punkte)

Geräthöhe: etwa schulterhoch

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				k	m	g
1	Aus dem Stand vorlings mit Ristgriff: Beidbeiniger Sprung in den Stütz	0,2	Stützaufnahme nacheinander Zu starker Hüftwinkel Mühsames Strecken der Arme	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3	
2	Langsamer Hüft-Abzug zum Stand vorlings (Schritt rückwärts, wenn nötig)	0,3	Unkontrolliertes Senken Zu frühes Hocken	0,1 0,1	0,3 0,3	0,5
3	Hüftaufschwung mit oder ohne Schwungbeineinsatz oder Hüft-Aufzug in den Stütz	1,0	Zu starker Hüftwinkel Ungenügende Körperstreckung im Stütz Mangelnder Rhythmus	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5
4	Vorschwung, Rückschwung und Niedersprung in den Stand	0,5	Fehlender Rückschwung		0,3	
5	(Zwischenfedern erlaubt) Felgabschwung (Unterschwung) mit oder ohne Schwungbeineinsatz in den Stand	1,0	Hüfte unter Stangenhöhe Ungenügender Felgansatz Ungenügende Weite	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5 0,5 0,5

Reck P4 (Maximale Endnote 14,00 Punkte)

Geräthöhe: etwa schulterhoch

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
				k	m	g
1	Aus dem Stand vorlings mit Ristgriff: Hüftaufschwung mit oder ohne Schwungbeineinsatz oder Hüft-Aufzug in den Stütz	1,0	Zu starker Hüftwinkel Ungenügende Körperstreckung im Stütz Mangelnder Rhythmus	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5
2	Vorschwung, Rückschwung, Hüft-Umschwung rw	1,5	Fehlender Rückschwung Zu starker Hüftwinkel	0,1	0,3 0,3	0,5
3	direkt anschließender Felgabschwung (Unterschwung) in den Stand	1,5	Pause/Rhythmusfehler nach dem Umschwung Hüfte unter Stangenhöhe Ungenügender Felgansatz Ungenügende Weite	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5 0,5 0,5

Parallelbarren (nur männlicher Bereich)

Parallelbarren P1 (Nur männlicher Bereich, maximale Endnote 11,00 Punkte)

Geräthöhe: etwa Brusthöhe

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
1	Aus dem Innenquerstand: Absprung, Vorschwung über Holmhöhe in den Grätschsitz (2 Sek.) (Hände am Holm erlaubt), Einschwingen vorwärts	0,5	Vorschwung nicht hoch genug Grätschsitz ohne Körperspannung Grätschsitz ohne Körperstreckung	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	
2	Rückschwung, Niedersprung in den Stand	0,5	Rückschwung unter Holmhöhe Standfehler	0,1 0,1	0,3 0,3	

Parallelbarren P2 (Nur männlicher Bereich, maximale Endnote 12,00 Punkte)

Geräthöhe: etwa Brusthöhe

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
1	Aus dem Stand am Barrenende: Absprung in den Stütz, Stützel bis Barrenmitte	0,5	Unzureichende Körperstreckung Rhythmusstörung	0,1 0,1	0,3 0,3	0,5
2	Heben der Beine in den Grätschsitz (2 Sek.) (Hände am Holm erlaubt), Einschwingen vorwärts, Rückschwung	0,5 0,3	Grätschsitz nicht aufrecht Einschwingen zu flach Schwingen unter Holmhöhe	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5
3	Vorschwung in den Außenquersitz (2 Sek.) , Niedersprung in den Außenquerstand seitlings mit Halten der gerätnahen Hand am Barrenholm	0,4 0,3	Außenquersitz nicht aufrecht Kein Oberschenkelabdruck Standfehler	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	

Parallelbarren P3 (Nur männlicher Bereich, maximale Endnote 13,00 Punkte)

Geräthöhe: etwa Brusthöhe

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
1	Aus dem Innenquerstand: Absprung, Vorschwung (über Holmhöhe) Rückschwung (über Holmhöhe)	0,5	Geringe Höhe	0,1	0,3	
2	Vorschwung mit Grätschen der Beine, langsam Senken in den freien Grätschsitz (2 Sek.)	0,5	Aufschlagen auf das Gerät Ungenügende Körperstreckung	0,1 0,1	0,3 0,3	

3	Heben und Schließen der Beine durch den Winkelstütz, Rückschwung (über Holmhöhe)	0,5	Unter Holmhöhe	0,1	0,3	
4	Vorschwung, Rückschwung	0,5	Geringe Höhe	0,1	0,3	
5	Vorschwung, Kehre in den Außenquerstand	1,0	Geringe Höhe Geringe aktive Hüftstreckung	0,1 0,1	0,3	

Parallelbarren P4 (Nur männlicher Bereich, maximale Endnote 14,00 Punkte)

Geräthöhe: etwa Brusthöhe

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
1	Aus dem Innenquerstand: Absprung, Vorschwung (über Holmhöhe)	0,5	Vorschwung nicht über Holmhöhe	0,1	0,3	
2	Rückschwung , Vorschwung mit Grätschen der Beine, langsames Senken in den freien Grätschsitz (2 Sek.)	0,5 0,5	Geringe Höhe Aufschlagen auf das Gerät Ungenügende Körperstreckung im Grätschsitz	0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3	0,5 0,5
3	Heben und Schließen der Beine in den Winkelstütz (2 Sek.)	0,5	Beine nicht Waagerechte	0,1	0,3	
4	Rückschwung (über Holmhöhe), Vorschwung, Rückschwung, Vorschwung	0,5 0,5	Geringe Höhe	0,1	0,3	0,5
5	Rückschwung, Wende in den Außenquerstand	1,0	Geringe Höhe	0,1	0,3	

Schwebebalken (nur weiblicher Bereich)

Schwebebalken P1 (Nur weiblicher Bereich, maximale Endnote 11,00 Punkte)

Gerät: Turnbank

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
1	Aus dem Querstand vorlings: Aufsteigen mit Rückspreizen eines Beines , drei bis vier Schritte im Ballengang vorwärts gehen	0,3	Fehlendes Rückspreizen Fehlender Ballengang je gezeigtem Schritt	0,1	0,3	
2	Nachstellsprung (Chassé), Nachstellsprung gegengleich (rechts-links oder links-rechts)	0,2 0,2	Ungenügende Bewegungsweite je Nachstellschritt je 2. Nachstellsprung nicht gegengleich	0,1	0,3	0,5 W.d.E. W.d.E.

3	Schritte bis zum Ende des Geräts, Abgang: Beidbeiniger Absprung zum Strecksprung in den Querstand rücklings	0,3	Ungenügende Hüftstreckung Kein beidbeiniger Absprung	0,1	0,3	0,5 W.d.E.
---	---	-----	---	-----	-----	---------------

Schwebebalken P2 (Nur weiblicher Bereich, maximale Endnote 12,00 Punkte)

Gerät: Turnbank umgedreht

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
1	Aus dem Querstand vorlings: Aufsteigen mit Rückspreizen eines Beines	0,3	Fehlendes Rückspreizen		0,3	
2	1 bis 2 Schritte gehen, Heben in den einbeinigen Ballenstand , drei bis vier Schritte im Ballengang	0,5	Fehlender Ballenstand Fehlender Ballengang je gezeigtem Schritt	0,1		W.d.E
3	Nachstellsprung (Chassé)	0,2	Ungenügende Bewegungsweite Nachstellschritt	0,1	0,3	0,5 W.d.E.
4	Schließen der Beine, Strecksprung	0,5	Ungenügende Hüftstreckung	0,1	0,3	0,5
5	Schritte bis zum Ende des Geräts, beidbeiniger Absprung zum Hocksprung in den Querstand rücklings	0,5	Ungenügendes Hocken Kein beidbeiniger Absprung	0,1	0,3	0,5 W.d.E.

Schwebebalken P3 (Nur weiblicher Bereich, maximale Endnote 13,00 Punkte)

Gerät: Schwebebalken 0,80m

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
1	Stand vorlings am Schwebebalken: Sprung in den Stütz, Überspreizen eines Beines mit 1/4 LAD in den Grätschitz	0,3	Keine deutliche Stützphase Berühren / Streifen des Balkens beim Überspreizen mit einem Bein	0,1	0,3	
2	Aufstützen der Arme hinter dem Körper, Spitzwinkelsitz	0,3	BRW > 90° Abweichung			W.d.E.
3	Anhocken eines Beines, Aufrichten über die Schrittstellung in den Stand	0,3	Aufrichten mit Nachstützen der Hände			0,5
4	1 bis 2 Schritte, Stand auf einem Bein , Schritt, Stand auf dem anderen Bein gegengleich (rechts-links oder links-rechts, Spielbeine beliebig)	0,1 0,1				
5	1 bis 2 Schritte, Schließen der Beine, Strecksprung	0,3	Ungenügende Hüftstreckung	0,1	0,3	0,5
6	1 bis 2 Schritte, Heben in den einbeinigen Ballenstand ,	0,3	Kein Ballenstand			W.d.E

	Schritt, Heben in den einbeinigen Ballenstand gegengleich (rechts-links oder links-rechts, Spielbeine beliebig)	0,3	Kein Ballenstand			W.d.E.
7	1 bis 2 Schritte, Standwaage (Haltezeit 2 Sek. möglich)	0,5	Spielbein in der Waagerechten Spielbein unter der Waagerechten		0,3	W.d.E.
8	Schritte bis zum Balkenende, Abgang: Hocksprung	0,5	Kein beidbeiniger Absprung Ungenügendes Hocken	0,1	0,3	W.d.E. 0,5

Schwebebalken P4 (Nur weiblicher Bereich, maximale Endnote 14,00 Punkte)

Gerät: Schwebebalken 0,80m

Nr.	Ausschreibung	Wert	Fehlerhinweise	Abzüge		
1	Stand vorlings am Schwebebalken: Sprung in den Stütz, Überspreizen eines Beines mit 1/4 LAD in den Grätschsitz	0,5	Keine deutliche Stützphase Berühren / Streifen des Balkens beim Überspreizen mit einem Bein	0,1	0,3	
2	Aufstützen der Arme hinter dem Körper, Spitzwinkelsitz	0,5	BRW > 90° Abweichung			W.d.E.
3	Anhocken eines Beines, Aufrichten über die Schrittstellung in den Stand	0,5	Aufrichten mit Nachstützen der Hände			0,5
4	1 bis 2 Schritte, Pferdchensprung	0,5	Ungenügende Beintätigkeit	0,1	0,3	0,5
5	1 bis 2 Schritte, 1/2 LAD im beidbeinigen Ballenstand	0,5	Fehlender Ballenstand Drehung nicht vollendet		0,3	W.d.E.
6	1 bis 2 Schritte mit Vorspreizen, Vorspreizen gegengleich (rechts-links oder links-rechts)		Ungenügende Amplitude je	0,1	0,3	0,5
7	1 bis 2 Schritte, Standwaage	0,5	Spielbein in der Waagerechten Spielbein unter der Waagerechten		0,3	W.d.E.
8	Abgang: Anlauf (Anhüpfer erlaubt), Rondat (Radwende)	1,0	Fehlender Anlauf oder Anhüpfer Abweichen von der Senkrechten Ungenügender ARW Zu spätes Schließen der Beine Ungenügender Abdruck Ungenügende Weite	0,1 0,1 0,1 0,1 0,1	0,3 0,3 0,3 0,3 0,3	0,5 0,5 0,5 0,5 0,5

Gebräuchliche Abkürzungen

LAD	Längsachsendsrehung
BAD	Breitenachsendsrehung
ARW	Arm-Rumpf-Winkel (Schulterwinkel)
BRW	Bein-Rumpf-Winkel (Hüftwinkel)
W.d.E.	Wert des Elements (Hinweis: Die Bezeichnung wurde dem Aufgabenbuch Gerätturnen weiblich entnommen, im männlichen Bereich ist die Abkürzung „NA“ = Nicht-Anerkennung)
vw	vorwärts
rw	rückwärts
sw	seitwärts

Allgemeine Fehlerabzüge

Fehler	Abzüge		
	k	m	G
Gebeugte Füße / Entspannte Fußhaltung	0,1		
Gebeugte Beine entgegen der Technik	0,1	0,3	0,5
Entspannte Beinhaltung	0,1	0,3	
Geöffnete Beine entgegen der Technik	0,1	0,3	
Gebeugte Arme entgegen der Technik	0,1	0,3	0,5
Arm/Beinführung nicht gemäß Ausschreibung (nicht fett gedruckte Elemente)		0,3	
Hohlkreuz	0,1	0,3	
Zwischenschwung*			0,5
Sturz (auf den Boden, auf oder gegen das Gerät), Landung zuerst auf den Füßen			1,0
Sturz ohne Landung zuerst auf den Füßen			1,0 + W.d.E
Hilfeleistung durch Trainer			1,0 + W.d.E
Hilfeleistung durch Trainer am Sprung			Sprung un- gültig (0,0)
Landungsfehler: Landung mit geöffneten Beinen	0,1		
Landungsfehler: Kleiner Schritt	0,1		
Landungsfehler: Großer Schritt (mehr als Schulterbreit)		0,3	
Hinweis: Maximaler Landungsabzug bei Landung ohne Sturz: 0,8 Punkte			

*) Ein Zwischenschwung im Sinne dieser Ausschreibung ist ein unnötiges Schwungholen im Stütz. Pro Element wird der Zwischenschwung nur einmal abgezogen, es werden beim Zwischenschwung keine weiteren Abzüge für Haltung vorgenommen.