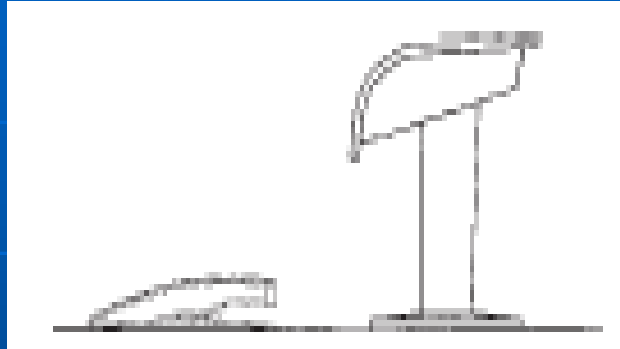


# Sprung



Geräthöhe: 135 cm vom Boden

# Beschreibung der Sprung

Der Turner muss 1 Sprung absolvieren, außer in der Qualifikation für das Gerätfinale und im Gerätfinale, wo er 2 Sprünge aus unterschiedlichen Sprunggruppen und mit unterschiedlichen 2. Flugphasen (z.B. verschiedenen Richtungen – vorw./rückw. – verschiedene Positionen – gehockt/gebückt – bei Saltos, oder mindestens eine halbe Drehung Unterschied bei Schraubensaltos oder einfachen Sprüngen) absolvieren muss. Jeder Sprung beginnt mit dem Anlauf sowie dem Absprung von beiden Füßen (mit oder ohne Rondat) auf dem Sprungbrett mit

# Beschreibung der Sprung

geschlossenen Beinen. Es folgt eine kurze Stützphase mit einer oder beiden Händen auf dem Tisch. Der Sprung kann einfache oder mehrfache Drehungen um die beiden Körperachsen beinhalten. Nach dem 1. Sprung kehrt der Turner ohne Verzögerung zum Anlaufanfang zurück, und führt seinen 2. Sprung aus, nachdem vom D1-Kampfrichter dazu das Signal gegeben wurde.

# Inhalt und Beschreibung

1. Der Turner muss jeden Sprung aus dem Stand mit geschl. Beinen in einer Entfernung von maximal 25 Metern von der ihm am nächsten gelegenen Kante des Tisches beginnen. Der Sprung beginnt mit dem ersten Schritt oder Hopser des Turners - die Bewertung jedoch beginnt erst in dem Moment, wo die Füße auf das Sprungbrett aufsetzen. Die Länge des Anlaufes muss auf oder neben der Anlaufbahn markiert sein. Am Anfang des Anlaufes ist eine Querleiste auf der Anlaufbahn zu befestigen. Der Anlauf darf unterbrochen und dann fortgesetzt, aber

# Inhalt und Beschreibung

er kann nicht wiederholt werden.

2. Der Sprung endet durch die Landung mit geschlossenen Beinen im Stand vorlings oder rücklings hinter dem Tisch.

3. Der Turner darf nur solche Sprünge zeigen, die er völlig sicher und mit einem hohen Maß an ästhetischer und technischer Meisterschaft beherrscht. Er ist angewiesen, die Identifikationsnummer seines beabsichtigten Sprunges anzuzeigen, bevor der Sprung ausgeführt wird.

# Inhalt und Beschreibung

4. Der Turner darf nur vorwärts oder rückwärts und mit geschlossenen Beinen abspringen. Das einzige Element, das vor dem Absprung ausgeführt werden darf, ist der Rondat. Für derartige Sprünge ist die Benutzung einer Sicherheitsumrandung für das Sprungbrett vorgeschrieben. Diese muss vom Organisator des Wettkampfes bereitgestellt werden. Der Turner kann für Rondat-Sprünge eine Handmatte, ausschließlich vom Organisator, benutzen.

# Inhalt und Beschreibung

5. Sprünge mit Saltos in der 1. Flugphase und Sprünge mit gespreizten Beinen sind in den Tabellen nicht aufgeführt und nicht gestattet.

6. Der Turner muss die beabsichtigte Körperposition (geh., geb. oder gestr.) in deutlicher u. unmissverständlicher Art und Weise demonstrieren. Unklare Körperpositionen werden mit Abzug durch das E-Kampfgericht belegt und können zur Reduzierung der D-Note führen.

# Inhalt und Beschreibung

## 7. Grundlagen für die Bewertung des E-Kampfgerichtes:

- a) Anflugphase bis zum Stütz 1 Hand oder 2 Händen (1. Flugphase)
- b) 2. Flugphase, einschließlich. Abdruck vom Tisch und der Landung im Stand. Nach dem Abdruck vom Tisch muss ein deutlicher Höhenanstieg des Körpers erkennbar sein.
- c) Körperhaltung i.M. des Stützes auf dem Tisch
- d) Abzüge hinsichtlich der Abweichung von der Mittelachse des Tisches
- e) Technische Ausführung des gesamten Sprunges
- f) Landung



# Inhalt und Beschreibung

## 8. Regeln für die Landung:

- Der Turner muss mit beiden Füßen innerhalb der erweiterten Landezone links und rechts der Mittelachse (gemäß nachfolgender Zeichnung) landen.



# Inhalt und Beschreibung

Diese Linien müssen auf den Landematten gut sichtbar sein. Der Turner darf die Linien betreten, aber nicht übertreten. Die Matten mit den Markierungen für die Seitenabweichung müssen sicher befestigt sein, damit ein Verrutschen während des Wettkampfes nicht eintritt.

b) Drehungen während des Sprunges müssen vor der Landung beendet sein. Für nicht vollendete Drehungen werden entsprechende Abzüge vorgenommen. Fehlen  $90^\circ$  oder mehr von der beabsichtigten Drehung, wird der Sprung vom D-Kampfgericht nicht anerkannt und als Sprung mit einer niedrigeren D-Note gewertet.

# Inhalt und Beschreibung

9. In der 2. Flugphase muss sich der Körperschwerpunkt des Turners deutlich über die Position anheben, wo er sich zum Zeitpunkt des Handabdrucks befand.

10. Bei Saltosprüngen (geh. oder geb.) muss eine deutliche Öffungsphase während der Landevorbereitung zu erkennen sein. Eine unvorbereitete Landung ist ein Zeichen für einen technischen Fehler und zieht einen Abzug für die technische Ausführung sowie einen Abzug für die Landung nach sich.

# Inhalt und Beschreibung

11. Die vollständige Liste der Fehler und Abzüge für die Übungsausführung befindet sich im 9 und in der Zusammenfassung der Abzüge im Artikel 9.4.

# Informationen über die D-Note

1. Der Turner muss einen Sprung in der Qualifikation (C-I), im Mannschaftsfinale (C-IV) und im Einzelmehrkampffinale (C-II) ausführen. In der Qualifikation für das Gerätfinale und im Gerätfinale (C-III) müssen zwei Sprünge aus verschiedenen Sprunggruppen und mit unterschiedlicher 2. Flugphase gezeigt werden:

- Gruppe I      Überschlag- und Yamashitasprünge
- Gruppe II     Sprünge mit  $\frac{1}{4}$  oder  $\frac{1}{2}$  Drehung in der 1. Flugphase (Tsukahara, Kasamatsu)
- Gruppe III    Rondatsprünge
- Gruppe IV    Rondatsprünge mit  $\frac{1}{2}$  Dr. i.d. 1.FP
- Gruppe V     Rondatsprünge mit  $1/1$  Dr i.d. 1. FP

# Informationen über die D-Note

2. Jeder Sprung ist aufgelistet, nummeriert und hat eine D-Note innerhalb seiner Sprunggruppe. Es gelten folgende allgemeingültige Prinzipien:

- a) Cuervo-Sprünge haben den gleichen Wert wie entsprechende Überschlagsprünge mit Salto vorwärts und Drehung(en)
- b) Kasamatsu-Sprünge haben den gleichen Wert wie entsprechende Tsukahara-Sprünge
- c) Yurchenko-Sprünge haben den gleichen Wert, wie entsprechende Tsukahara- oder Kasamatsu-Sprünge
- d) Wenn nicht anders ausgewiesen, haben Rondatsprünge mit  $\frac{1}{2}$  Drehung in der 1. Flugphase eine um 0,2 Punkte höhere D-Note als analoge Vorwärtsabsprünge.

# Informationen über die D-Note

- e) Wenn nicht anders ausgewiesen, haben Rondatsprünge mit 1/1 Drehung in der 1. Flugphase eine um 0,4 Punkte höhere D-Note als analoge Tsukahara-Sprünge.
- f) D-Note und Identifikationsnummer von einarmig und beidarmig gestützten Sprüngen sind identisch.

3. Jeder Sprung hat eine eigenständige D-Note, entsprechend seiner Komplexität.

# Informationen über die D-Note

4. Vor Ausführung des Sprunges muss die entsprechende Sprungnummer, wie in den WV ausgewiesen, für das D-Kampfgericht angezeigt werden. Diese Aufgabe wird durch den Turner oder einen Helfer mittels einer Anzeigetafel ausgeführt. Eine Bestrafung im Falle eines Fehlers bei der Anzeige erfolgt jedoch nicht.

- *Beispiel: # 319 =*
- die # 3 bezeichnet die Sprunggruppe,
- die # 19 die Sprungnummer innerhalb der Sprunggruppe.



# Informationen über die D-Note

5. Die vom Turner beabsichtigte Körperhaltung (geh, geb, gestr.) muss deutlich und eindeutig zu erkennen sein. Eine unklare Körperhaltung kann zur Nichtanerkennung oder zur Anerkennung einer niedrigeren D-Note durch das D-Kampfgericht führen (siehe Definitionen für die Körperhaltung in Kapitel 13.1). Der Turner muss den Sprung anzeigen, den er beherrscht, und nicht einen solchen, von dem er hofft, dass er ihn ausführen kann. Diese Warnung trifft insbesondere auf die gestreckte und gebückte Ausführung zu.

# Informationen über die D-Note

6. Der Sprung ist ungültig (0,00 Punkte. vom D- und E-Kampfgericht), wenn:

- a) der Anlauf ausgeführt wurde und der Turner das Sprungbrett betreten und/oder den Tisch berührt, ohne den Sprung auszuführen.
- b) Der Sprung ist so schlecht, dass der ausgeführte Sprung nicht erkannt wurde oder wenn sich der Turner vom Tisch mit den Füßen abspringt.
- c) ohne Berührung des Tisches mit den Händen gesprungen wurde.
- d) der Turner nicht zuerst mit den Füßen landet. Das heißt, dass mindestens ein Fuß die Landematte vor irgendeinem anderen Körperteil berührt.

# Informationen über die D-Note

- e) der Turner absichtlich im Seitstand landet.
- f) der Turner einen nicht erlaubten Sprung ausführt (gespreizte Beine, Salto in der 1. Flugphase, nicht erlaubtes Element vor dem Sprungbrett, usw.).
- g) der Turner den ersten Sprung in der Qualifikation für das Gerätfinale oder im Gerätfinale auch als zweiten Sprung benutzt.
- h) der Turner die Sicherheitsumrandung bei Rondatsprüngen nicht benutzt (Sprunggruppe III, IV und V).

# Informationen über die D-Note

7. Die beiden Sprungnoten für die Qualifikation zum Gerätefinale (C-I) und im Gerätefinale (C-III) werden wie folgt berechnet:

- Die beiden D-Noten werden summiert und durch 2 geteilt (Mittelwert). Dieser Mittelwert repräsentiert die Endnote der Schwierigkeit (D-Note).
- Die Abzüge des E-Kampfgerichts vom 1. und 2. Sprung werden summiert und von 10 Punkten abgezogen. Das Ergebnis repräsentiert die Endnote der Ausführung (E-Note).
- Die finale Endnote wird aus der finalen D- und E-Note beider Sprünge (in der Qualifikation und Gerätefinale) mit folgender Formel berechnet:

---

)

# Informationen über die D-Note

8. Ein zusätzlicher Anlauf ist mit einem Abzug von 1,00 Punkt wie folgt zulässig:

- Wenn nur ein Sprung gefordert wird – ein zweiter Anlauf ist mit Abzug zugelassen. Ein dritter Anlauf ist nicht erlaubt.
- Wenn zwei Sprünge gefordert werden – ein dritter Anlauf ist mit Abzug zugelassen. Ein vierter Anlauf ist nicht erlaubt.

9. Die vollständige Liste der Regelungen zur Nichtanerkennung von Sprüngen befindet sich im Kapitel 7 und als Zusammenfassung der Abzüge in Artikel 7.6.

# Fehler- und Abzugstabelle

Fehler (D-Kampfgericht)	Klein (0,1)	Mittel (0,3)	Groß (0,5)
Landung oder Berühren mit einem Fuß oder einer Hand außerhalb der Landezone	0,1 Pkt von der Endnote		
Berühren mit beiden Füßen, beiden Händen, Hand und Fuß oder einem anderen Körperteil außerhalb der Landezone Fläche	0,3 Pkt von der Endnote		
Landung direkt außerhalb der Landezone	0,3 Pkt von der Endnote		
Mehr als 25 m Anlauf	0,5 Pkt von der Endnote		
Nichterlaubter oder ungültiger Sprung	0,00 Punkte für den Sprung durch das D- und E-Kampfgericht		
Nichtbenutzen der Sicherheitsumrandung bei Rondatsprüngen	0,00 Punkte für den Sprung durch das D- und E-Kampfgericht		
Wiederholung des 1. Sprunges in der Qualifikation oder im Sprungfinale	0,00 Punkte für den Sprung durch das D- und E-Kampfgericht		

# Fehler- und Abzugstabelle

Fehler (D-Kampfgericht)	Klein (0,1)	Mittel (0,3)	Groß (0,5)
Wiederholung der 1 Sprunggruppe in der Qualifikation oder im Finale		<b>2,00 Punkte</b> von der Endnote beim 2. Sprung	
Gleiche 2. Flugphase für den 2. Sprung in der Qualifikation oder im Finale		<b>2,00 Punkte</b> von der Endnote beim 2. Sprung	

# Fehler- und Abzugstabelle

Fehler (E-Kampfgericht)	Klein (0,1)	Mittel (0,3)	Groß (0,5)
Ausführungsfehler in der 1. Flugphase	+	+	+
Technische Fehler in der 1. Flugphase	+	+	+
Passieren der Handstandposition nicht durch die Senkrechte	+	+	+
Ausführungsfehler in der 2. Flugphase	+	+	+
Technische Fehler in der 2. Flugphase	+	+	+
Ungenügende Höhe, kein deutlicher Anstieg des Körperschwerpunktes	+	+	+
Mangelhafte Landungsvorbereitung	+	+	
Zusätzlicher Anlauf	1,00 Punkt		