

KA (max 2,5)	Nationale Elemente (NE)		gerätspezifische Abzüge (E-Kampfgericht)				<h1 style="text-align: center;">BALKEN</h1> <h2 style="text-align: center;">LK4</h2>	
1 - gymn. Verbindung aus 2 untersch. Elementen wenn Sprung mit Spreizwinkel dann 180° 2 - Drehung lt. CdP, Gruppe 3 oder NE-Liste 3 - akrob. Element 4 - Gleichgewichts- oder Halteelement mind. 2sec. 5 - Abgang NE oder höher 0,5 KA 1 bis 4 müssen a. d. Balken gezeigt werden	1. Rolle vw i.d. Hockst. 2. Rolle rw i.d. Hockst. 3. Hocksprung 4. Schersprung 5. Streckspr. 1/2 Dreh. 6. Streckspr. + dopp BV 7. 1/2 Dreh. auf 1 Bein	8. Abg.: fr. Radwende 9. Abg.: Überschlag vw 10. Abg.: fr.Überschl.vw ab AK 40 Rolle rw i.d. Kniest. Strecksprung mit BW Halte: Kopfstand 2sec. Halte: Standwaage 2sec Abgang: Radwende	Pause (mehr als 1 sec) vor Elementen je 0,1 Übertriebener Armschwung je 0,1 Stützen eines Beins gegen die Seitenfläche 0,3 Mangelhafte technische Ausführung durch zusätzlichen Stütz 0,3 Klammern am Gerät um Sturz zu vermeiden 0,5 zusätzliche Bewegung um Sturz zu verhindern 0,1 - 0,5 Kein Versuch einen Abgang zu Turnen 0,5		je 0,1 je 0,1 0,3 0,3 0,5 0,1 - 0,5 0,5 D-Kari D-Kari	zu kurze Übung 6 EL = kein Abz. 2 EL = -4 Pkt 5 EL = -1 Pkt. 1 EL = -5 Pkt 4 EL = -2 Pkt 0 EL = -10 Pkt 3 EL = -3 Pkt		
			Ausführung Künstler. Wert	künstl. Wert je 0,1 Selbstsicherheit/ 0,4 D Rhythmus-Tempo/ 0,3 C Darbietung als Serie 0,2 B Choerographie 0,1 Kreativität/ Seitwärtsbewegung/ Ausnutzung Balken/ balkennahe Elemente/ mehr als 1/2 Drehung auf beiden Füßen mit gestreckten Beinen 0,1 A 0,05 NE 0,0 TE Abgang KA ✓ KA • gymn. Sprung • Drehung • akrob. Element • Gleichgewichtsel. • Abgang NE oder +	SW Wert Summe	E-Abzüge E-Note neutr. Abzug	SW KA D-Note E-Note Endwert	
			Ausführung Künstler. Wert	künstl. Wert je 0,1 Selbstsicherheit/ 0,4 D Rhythmus-Tempo/ 0,3 C Darbietung als Serie 0,2 B Choerographie 0,1 Kreativität/ Seitwärtsbewegung/ Ausnutzung Balken/ balkennahe Elemente/ mehr als 1/2 Drehung auf beiden Füßen mit gestreckten Beinen 0,1 A 0,05 NE 0,0 TE Abgang KA ✓ KA • gymn. Sprung • Drehung • akrob. Element • Gleichgewichtsel. • Abgang NE oder +	SW Wert Summe	E-Abzüge E-Note neutr. Abzug	SW KA D-Note E-Note Endwert	
			Ausführung Künstler. Wert	künstl. Wert je 0,1 Selbstsicherheit/ 0,4 D Rhythmus-Tempo/ 0,3 C Darbietung als Serie 0,2 B Choerographie 0,1 Kreativität/ Seitwärtsbewegung/ Ausnutzung Balken/ balkennahe Elemente/ mehr als 1/2 Drehung auf beiden Füßen mit gestreckten Beinen 0,1 A 0,05 NE 0,0 TE Abgang KA ✓ KA • gymn. Sprung • Drehung • akrob. Element • Gleichgewichtsel. • Abgang NE oder +	SW Wert Summe	E-Abzüge E-Note neutr. Abzug	SW KA D-Note E-Note Endwert	