

		A-Elemente						
	1.101	Kippe am u.H. auch mit 1/2 Dreh.		1.208	Angang: Rondat, Flug über den u.H. in den Grätschschwebestütz auf dem u.H.		3.310	Riesenfelge vw. im Ellgriff mit gebeugtem oder gestreckten Körper auch mit 1/2 Dreh. im Handstand
	1.102	Angang: Drehkippe 1/2 Dreh. am u.H. Angang: Drehkippe 1/2 Dreh., auch mit Durchschub i. d. Sitz auf dem u.H.		1.210	Angang: Sprung i.d. Handstand mit gebeugter Hüfte (auch mit gegrätschten Beinen) auch mit 1/2 Dreh.		4.301	Stalder vw. i. d. Handstand auch mit 1/2 Dreh.
	1.103	Angang: Kippe, Durchschub, Kippaufschwung Angang: Kippe, Durchschub, Ausgrätschen		2.201	Rückschwung i.d. Handstand gestreckt mit geschl. Beinen auch mit Umspringen mit Griffwechsel, auch mit 1/2 Dreh. mit geschlossenen oder gegrätschten Beinen		4.304	Stalder rw. i. d. Handstand auch mit gesprungenem Griffwechsel oder 1/2 Dreh.
	1.104	Angang: Sprung an den o.H., Kippe in den Stütz - auch mit Kammgriff		2.206	Freier Unterschwingung am u.H. mit Konterbewegung in den Hang am o.H.		5.304	Schleudern in Handstandnähe mit Umspringen in den Ristgriff am o.H.
	1.105	Angang: Sprung mit 1/1 Dreh. in den Hang am o.H.		3.201	Riesenfelge rw. im Ristgriff, auch auf 1 Arm oder mit 1/2 Dreh		5.305	Bückumschwung vw. im Kammgriff in den Handstand auch mit 1/2 Dreh.
	1.106	Angang: übergrätschen mit Abdruck über den u.H. in den Hang am o.H.		3.206	Riesenfelge vw mit Kamm-, Rist- o. Mixgriff, auch mit gegrätschten Beinen oder gebeugter Hüfte, auch mit 1/2 Dr.		5.306	Bückumschwung vw. im Ellgriff in den Handstand auch mit 1/2 Dreh.
	2.101	Rückschwung i.d. Handstand mit gegrätschten Beinen/gebeugter Hüfte auch mit gespr. Griffwechsel		4.201	Kippe am o.H. durch den freien Stütz (gegrätscht) - Heben/Rückschwung i.d. Handstand mit 1/2 Dreh.		5.308	Bückumschwung rw. i. d. Handstand, auch mit Umspringen i. d. Kammgriff auch mit 1/2 Dreh.
	2.104	Umschwung vorlings vorwärts (Felge vorlings)		4.202	Freier Grätschumschwung rw. am o.H. mit Griffwechsel i.d. Hang am u.H.		6.301	Abgang: Unterschwingung, Salto vw. gehockt oder gebückt mit 1/2 Dreh. o. 1/1 Dreh. (mit Stütz der Füße)
	2.105	Umschwung vorlings rückwärts		4.208	Freier Bückumschwung rw. am u.H. mit Flug und Konterbewegung in den Hang am o.H.		6.302	Abgang: Unterschwingung (auch frei) Salto vw. gehockt oder gebückt auch mit 1/2 Dreh. oder Stalderumschwung mit Salto vw. gehockt
	4.101	Freier Grätschumschw. vw. i. d. freien Stütz - Stalder		5.202	Sütz rl. am o.H. Kippumschwung rw. mit Umspringen in den Hang am u.H.		6.303	Abgang: freier Unterschwingung mit 1/2 Dreh., Salto rw. gehockt oder gebückt
	4.104	Freier Grätschumschw. rw. i. d. freien Stütz - Stalder		5.207	Unterschwingung (mit Stütz der Füße) am u.H. mit Konterbewegung in den Hang am o.H.		6.304	Salto rw. gestreckt m. 1 1/2 Dr o. 2/1 Dreh.
	4.106	Stütz rl., Kippumschw. rl. vw. i.d. Stütz rl.		6.201	Abgang: Unterschwingung Salto vw. gehockt o. gebückt (mit Stütz der Füße)		6.305	Doppelsalto rw. gebückt
	4.107	Stütz rl., Kippumschw. rl. rw. i.d. Stütz rl.		6.204	Abgang: Salto rw. mit 1/2 o. 1/1 Dreh.		6.308	Abgang: Abschwung, Salto vw. gestr. mit 1 1/2 o. 2 Dreh
	5.101	Stütz rl., Kippumschw. rl. vw. mit Ausgrätschen i.d. Hang am selben Holm						
	5.104	Unterschwingung rl. rw. i. d. Hang am u.H. - Schleudern		6.205	Abgang: Doppelsalto rw. gehockt			
	5.105	Sohlwellumschw. vw. i. Kammgriff geb. o. gegrätscht		6.208	Abgang: Abschwung, Salto vw. mit 1/2 o. 1/1 Dreh.			
	5.106	Sohlwellumschw. vw. i. Ellgriff gebückt o. gegrätscht						D-Elemente
	5.108	Sohlwellumschw. rw. gebückt oder gegrätscht					1.410	Angang: Sprung i.d. Handstand mit gestrecktem Körper mit 1/1 Dreh. im Handstand
	6.101	Abgang: Grätschunterschwingung mit 1/2 o. 1/1 Dr					2.401	Rückschwung in den Handstand mit 1 1/2 Dreh.
	6.102	Abgang: Unterschwingung mit 1/2 o. 1/1 Dreh.					2.405	Freie Felge i.d. Handstand mit 1/1 Dreh.
	6.104	Abgang: Abschwüngen, Salto rückwärts gehockt, gebückt, gestreckt	C-Elemente			1.306	Angang: freier Hechtsprung über den u.H.zum o.H.	
	6.108	Abgang: Abschwüngen, Salto vorwärts gehockt, gebückt, gestreckt		1.310	Angang: Sprung i.d. Handstand mit gebeugter Hüfte (auch mit gegrätschten Beinen) u. 1/1 Dreh. im Handstand oder mit gestrecktem Körper - auch mit 1/2 Dreh. im Sprung		3.401	Riesenfelge rw. m. 1/1 Dreh. i. Handstand gesprungen
				2.301	Rückschwung in den Handstand mit 1/1 Dreh.		3.403	Tkatchev-Grätsche
				2.305	Freie Felge i.d. Handstand auch mit gesprungenem Griffwechsel oder mit 1/2 Dreh.		3.404	Pak-Salto
				3.301	Riesenfelge rw. mit 1/1 Dreh.		3.405	Deltchev-Salto oder Gienger-Salto
				3.304	Saltorolle rw. gebückt/ gegrätscht in den freien Stütz am u.H.		3.408	Jäger-Salto gegrätscht
				3.306	Riesenfelge vw. mit 1/1 Dreh.		4.401	Stalder vw. i. d. Handstand mit 1/1 Dreh.
				3.307	Fluggrätsche rw über den u.H. in den Handstand		4.404	Stalder rw. i. d. Handstand mit 1/1 Dreh.
				3.308	Jäger-Salto gehockt		4.406	Freier Bückumschw. vw. i. d. Handstand a. m. 1/2 Dreh.
							4.407	Freier Bückumschw. rw. i. d. Handstand a. m. 1/2 Dreh.
							5.408	Bückumschw. rw. mit 1/1 Dreh. i. d. Handst.