

Wettkampfhinweise

Trampolinturnen – Pokal-Dreikampf

Wettkampfklassen

Es sind die folgenden Wettkampfklassen vorgesehen:

WK	AK	Jahrgänge
1 Weibliche Jugend F	6-8	2018-2020
2 Männliche Jugend F	6-8	2018-2020
3 Weibliche Jugend E	9-10	2016-2017
4 Männliche Jugend E	9-10	2016-2017
5 Weibliche Jugend D	11-12	2014-2015
6 Männliche Jugend D	11-12	2014-2015
7 Weibliche Jugend C	13-14	2012-2013
8 Männliche Jugend C	13-14	2012-2013

Wettkampfdurchführung

Es wird ein Dreikampf aus Zweisprung, Minitrampolin und Tumbling durchgeführt. Die Wettkampfdurchführung in den einzelnen Disziplinen wird im Folgenden ausgeführt. Die Ergebnisse aus den verschiedenen Disziplinen werden addiert.

Zweisprung

Beim Zweisprung werden zwei direkt aufeinander folgende Sprünge auf dem Trampolin ausgeführt. Es gibt keine Mindestanforderungen an die Schwierigkeit. Strecksprünge zählen jedoch nicht als Sprung. Für den zweiten Sprung darf die Matte geschoben werden. Der zweite Sprung muss nicht zwingend im Stand gelandet werden. Ein eventueller dritter Sprung, der ausgeführt wird, um aus einer anderen Landeposition im zweiten Sprung in den Stand zu gelangen, wird nicht bewertet. Bewertet werden Ausführung, Schwierigkeit der Sprünge sowie Horizontal Displacement (das heißt wie weit der Aktive sich während der Ausführung von der Mitte des Trampolins entfernt).

Die Berechnung des Schwierigkeitsgrades erfolgt nach den Regelungen des Code of Points, das heißt:

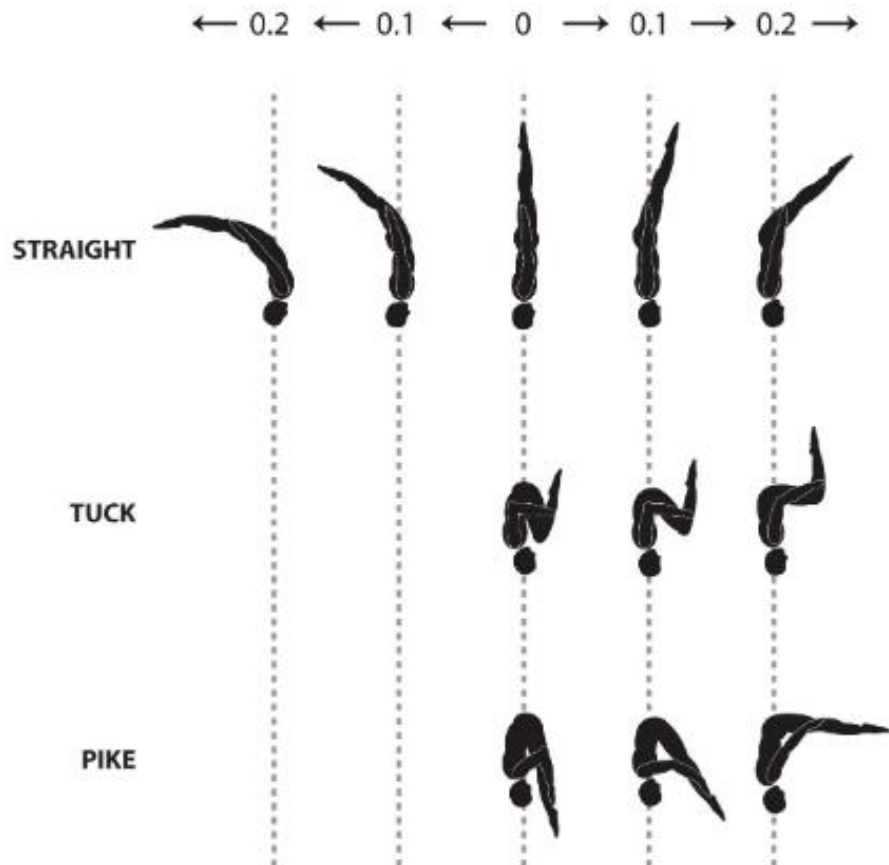
- Jede halbe Schraube (180 Grad) ist 0,1 Punkte wert.
- Jeder Viertelsalto (90 Grad) ist 0,1 Punkte wert.
- Für gebückte oder gestreckte Ausführungen sowie für ganze Salti gibt es Boni.
- Wird ein Sprung in einer Übung zweimal in gleicher Position durchgeführt, zählt die Schwierigkeit des zweiten Sprunges nicht.

Die Schwierigkeitswerte häufiger Sprünge sind wie folgt:

Vorwärts		Rückwärts	
Hocke / Bücke / Grätsche	0,1	Hocke / Bücke / Grätsche	0,1
Stand (aus dem Sitz)	0,1	Stand (aus dem Sitz)	0,1
Halbe Schraube zum Sitz	0,1	Halbe Schraube zum Sitz	0,1
Halbe Schraube	0,1	Halbe Schraube	0,1
Stand (aus dem Rücken)	0,1	Stand (aus dem Rücken)	0,1
Halbe Schraube zum Rücken	0,2	Halbe Schraube zum Rücken	0,2
Bauch	0,1	Bauch	0,1
Halbe Stand (aus dem Bauch)	0,2	Halbe Stand (aus dem Bauch)	0,2
Dreiviertelsalto zum Rücken	0,3	Dreiviertelsalto zum Rücken	0,3
Salto c (gehockt)	0,5	Salto c (gehockt)	0,5
Salto b (gebückt)	0,6	Salto b (gebückt)	0,6
Salto a (gestreckt)	0,6	Salto a (gestreckt)	0,6
Barani (Salto mit halber Schraube)	0,6	Barani (Salto mit halber Schraube)	0,6
Babyfliffis (Barani aus dem Rücken)	0,7	Babyfliffis (Barani aus dem Rücken)	0,7
Schraubensalto (Salto mit 1 Schraube)	0,7	Schraubensalto (Salto mit 1 Schraube)	0,7
Rudi (Salto mit 1,5 Schrauben)	0,8	Rudi (Salto mit 1,5 Schrauben)	0,8
Eindreiviertelsalto c zum Rücken	0,8	Eindreiviertelsalto c zum Rücken	0,8
Eindreiviertelsalto b zum Rücken	0,9	Eindreiviertelsalto b zum Rücken	0,9
Doppelsalto c (gehockt)	1,0	Doppelsalto c (gehockt)	1,0
Doppelsalto b (gebückt)	1,2	Doppelsalto b (gebückt)	1,2
Fliffis c (Doppel c mit halber Schraube)	1,1	Fliffis c (Doppel c mit halber Schraube)	1,1
Fliffis b (Doppel b mit halber Schraube)	1,3	Fliffis b (Doppel b mit halber Schraube)	1,3

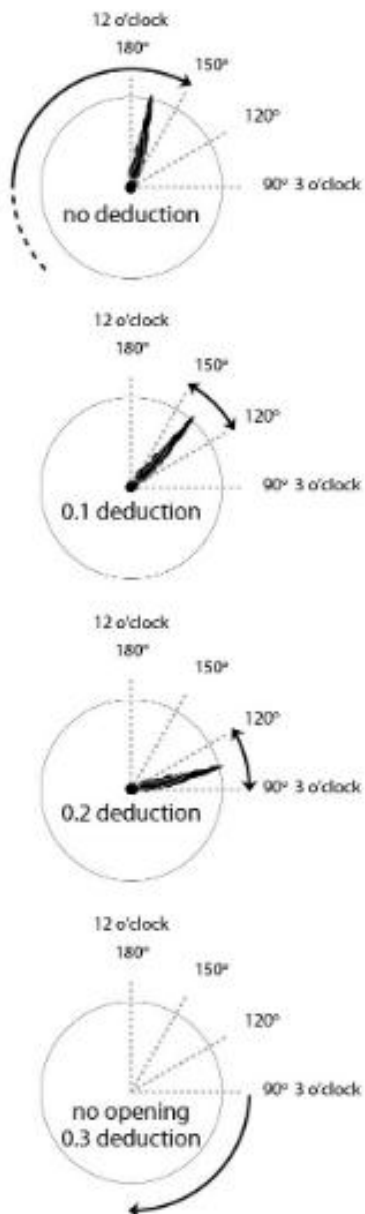
Grundsätzlich sind alle Sprünge erlaubt, die sich aus einer beliebigen Drehung um die Längs- und Breitenachse zusammensetzen; in einer gehockten, gebückten oder gestreckten Position geturnt werden; und im Stand, auf dem Rücken, Bauch oder in dem Sitz gelandet werden. Seitwärtssalti sind nicht erlaubt.

Für die Positionen können in der Haltung die folgenden Werte abgezogen werden:

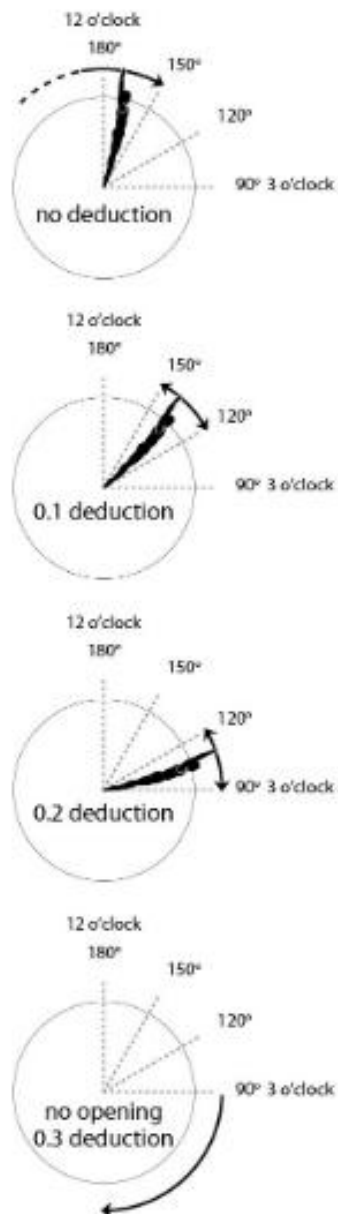


Weiterhin kann für den Zeitpunkt der Saltoöffnung ein Abzug erfolgen:

FOR FEET OR FRONT LANDING

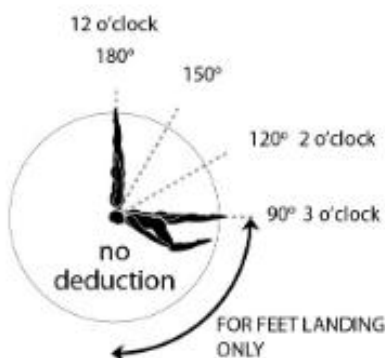
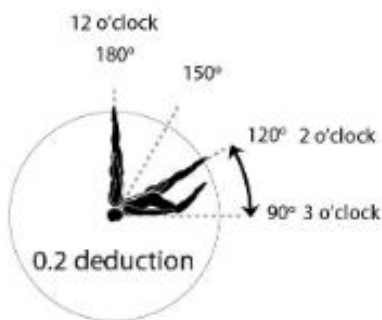
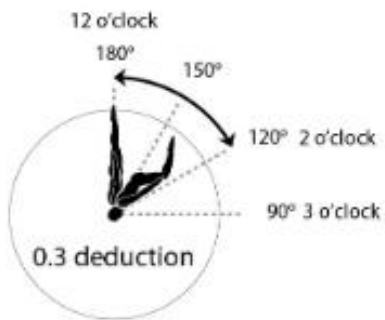


FOR BACK LANDING

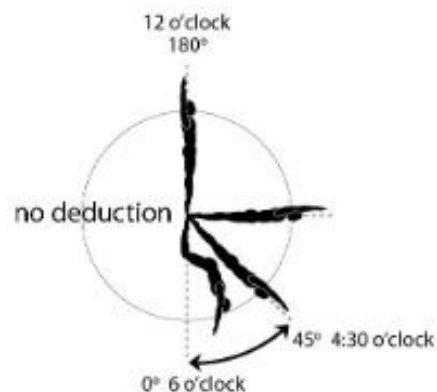
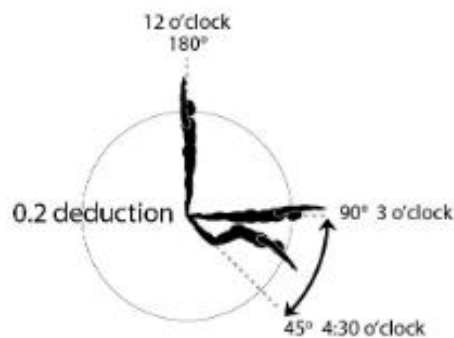
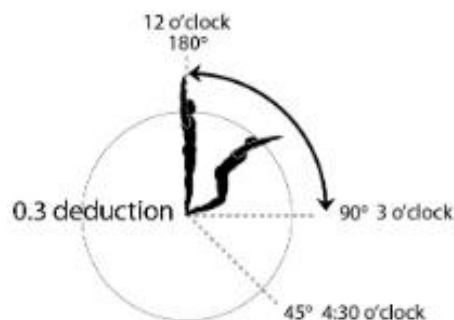


Nach der Streckung sollte der Salto gestreckt bleiben. Folgende Abzüge sind hier anwendbar:

FOR FEET OR FRONT LANDING



FOR BACK LANDING



Die Haltungsabzüge werden von einem Wert von 10 abgezogen, um den Haltungswert des Durchgangs (E) zu ermitteln. Für das Horizontal Displacement werden die Abzüge aufaddiert und von Gesamtwert abgezogen (H). Der Schwierigkeitswert (D) wird aufaddiert. Der Wettkampf findet mit zwei Haltungskampfrichtern statt. Der Gesamtwert des Durchgangs berechnet sich wie folgt:

(Mittelwert aus E1 und E2) + D - H

Minitrampolin

Auf dem Minitrampolin werden zwei Durchgänge geturnt, von denen nur der bessere in die Wertung eingeht. Bewertet wird die Ausführung, die Schwierigkeit sowie der Ort der Landung. Dieser wird mithilfe einer Landematte vom Doppelmini-Trampolin ermittelt (vgl. Abbildung 1)

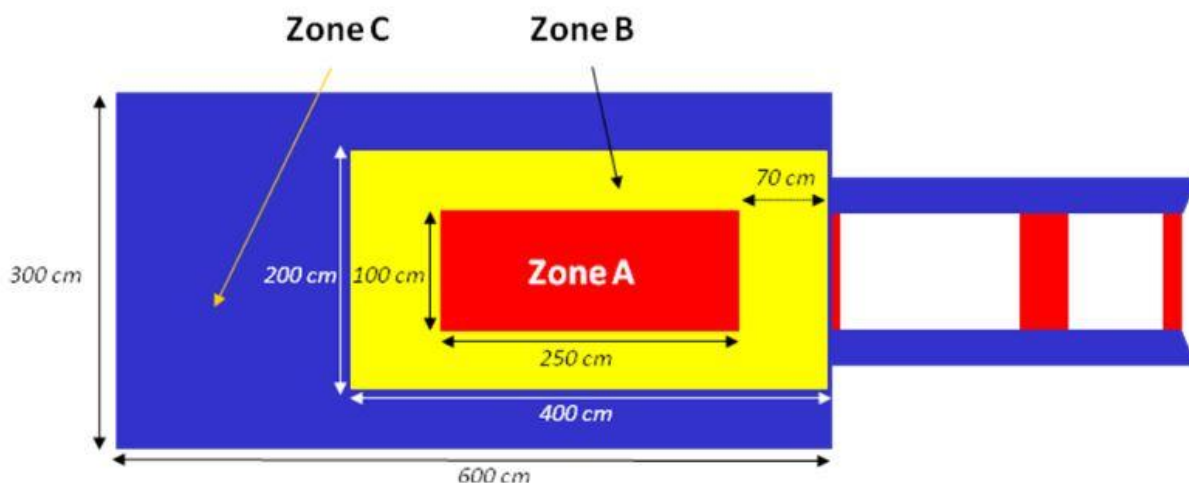


Abbildung 1: Landezonen Doppelmini-Trampolin

Ideal ist eine Landung in Zone A. Bei Landung in Zone B erfolgt ein Abzug von 0,6 Punkten. Bei Landung in Zone C erfolgt ein Abzug von 1,0 Punkten. Bewegt sich ein*e Aktive*r nach der Landung von Zone A in Zone B, von Zone B in Zone C oder von Zone A in Zone C erfolgt zusätzlich ein Abzug von 0,2 Punkten.

Die Berechnung des Schwierigkeitsgrades erfolgt nach den Regelungen des Code of Points, das heißt:

- Jede halbe Schraube (180 Grad) ist 0,2 Punkte wert.
- Jeder Viertelsalto (90 Grad) ist 0,1 Punkte wert.
- Für gebückte oder gestreckte Ausführungen sowie ganze Salti gibt es Boni.
- Wird ein Sprung in einem Durchgang (was heißt hier Durchgang – Vorkampf oder eine Übung im Vorkampf) zweimal in gleicher Position durchgeführt, zählt die Schwierigkeit des zweiten Sprunges nicht.

Im Folgenden werden die Schwierigkeitswerte häufiger Sprünge aufgeführt:

Hocke / Bücke / Grätsche	0,1
Halbe Standsprungschraube	0,2
Ganze Standsprungschraube	0,4
Salto c (gehockt)	0,5
Salto b (gebückt)	0,6
Salto a (gestreckt)	0,6
Barani (Salto gehockt/gebückt/gestreckt mit halber Schraube)	0,7
Schraubensalto (Salto mit ganzer Schraube)	0,9

Rudi (Salto mit 1,5 Schrauben)	1,2
Fliffis c (Doppelsalto gehockt mit halber Schraube)	2,4
Fliffis b (Doppelsalto gebückt mit halber Schraube)	2,8

Grundsätzlich sind alle Sprünge erlaubt, die sich aus einer beliebigen Drehung um die Längs- und Breitenachse zusammensetzen; in einer gehockten, gebückten oder gestreckten Position geturnt werden; und im Stand gelandet werden. Seitwärtssalti sind nicht erlaubt.

Die Haltungsabzüge werden nach den o. g. Prinzipien berechnet und von einem Wert von 10 abgezogen (E). Der Schwierigkeitswert (D) wird addiert. Die Landeabzüge werden anschließend abgezogen (H):

(Mittelwert aus E1 und E2) + D - H

Tumbling

Es werden zwei Bahnen geturnt, von denen der bessere Durchgang in die Wertung eingeht. Es müssen mindestens drei Elemente pro Durchgang gezeigt werden. Pro Bahn werden die beiden höchstwertigsten Elemente bewertet, das heißt, wenn zum Beispiel ein*e Aktive*r Radwende – Flick-Flack – Salto turnt werden nur der Flick-Flack und der Salto bewertet. Bewertet werden Haltung und Schwierigkeit.

Die folgenden Elemente sind erlaubt:

Vorwärts		Rückwärts	
Hocke / Bücke / Grätsche	0,1	Hocke / Bücke / Grätsche	0,1
Halbe Standsprungschraube	0,1	Halbe Standsprungschraube	0,1
Rolle	0,1	Rolle	0,1
Rad	0,1	Ganze Standsprungschraube	0,2
Flugrolle / Hechtrolle	0,2	1,5 Standsprungschrauben	0,3
Ganze Standsprungschraube	0,2	Felgrolle	0,3
Rondat / Radwende	0,2	Rolle mit gest. Beinen durch Handstand	0,4
1,5 Standsprungschrauben	0,3	Felgrolle mit halber Drehung	0,4
Handstand->Ganze Drehung->Abrollen	0,4	Flick-Flack	0,4
Überschlag / Handstützüberschlag	0,4	Salto c (gehockt)	0,5
Salto c (gehockt)	0,6	Salto b (gebückt) oder gehechtet	0,6
Salto b (gebückt) oder gehechtet	0,7	Salto a (gestreckt)	0,6
Salto a (gestreckt)	0,7	Temposalto	0,6
Barani c (Salto c mit halber Schraube)	0,8	Salto c mit halber Schraube	0,8
Barani b (Salto b mit halber Schraube)	0,8	Salto b mit halber Schraube	0,8
Barani a (Salto a mit halber Schraube)	0,8	Salto a mit halber Schraube	0,8
Salto c mit ganzer Schraube	1,0	Schraubensalto gehockt	0,9
Salto a mit ganzer Schraube	1,0	Schraubensalto gestreckt	0,9

Rudi (Salto a mit 1,5 Schrauben)	1,2	Doppelsalto c (gehockt)	2,0
Doppelsalto c (gehockt)	2,4	Doppelsalto b (gebückt)	2,2
Doppelsalto b (gebückt)	2,6	Doppelsalto a (gestreckt)	2,4
Fliffis c (Doppel c mit halber Schraube)	2,6	½-Ein-½-Aus c (Doppel mit ganz. Schr.)	2,4
Fliffis b (Doppel b mit halber Schraube)	2,6	½-Ein-½-Aus b (Doppel mit ganz. Schr.)	2,8

Alle hier nicht genannten Elemente sind nicht zugelassen und werden nicht bewertet.

Die Haltungswertung erfolgt auch hier ab einem Wert von 10 (E). Die Schwierigkeit wird aufaddiert (D).

E + D