

Schlaufen

AK	Leitlinie	Beschreibung
6	1 Reck ca. Schulterhöhe: Hüft-Umschwung rw	Ausgangsposition = Stütz mit kleinem Rückschwung; Endposition=Stütz Erwünscht: deutliches Umsetzen der Hände und Abbremsen im Stütz Überdrehen wird nicht als Sturz gewertet, sondern Abzug TW-2
	2 6 x Konterschwünge	
7	1 Reck ca. Schulterhöhe: freie Felge 45°	Ausgangsposition = Stütz mit kleinem Rückschwung Ende = Stand (Block)
	2 8 x Grundschiwung	gewünschte Endposition Hüfte waagrecht
8	1 Reck ca. Schulterhöhe: freie Felge 135°	Ausgangsposition = Stütz mit kleinem Rückschwung Ende = Stand (Block) <105° = TW 0
	2 Mehrere Grundschiwünge bis zum RU rw (1-2 RU rw)	wird nach 8 Grundschiwünge keine Riesenfelge erreicht, bricht der Kampfrichter ab = TW 0