AK 7 **Weichboden 60cm**

Anlauf/Einsprung		Flugphase		Landung		Allgemein	
unkoord Anlauf	bis 0,5	ungenü Höhe	bis 0,8	geöffnete Beine	0,1	geb Beine	bis 0,5
Einsprung		ungenü Weite	bis 0,8	zusätzliche Armbewegung	0,1	geöffnete Beine	bis 0,3
Tempo	bis 0,3	Blockieren der Arme in Stirnhöhe	bis 0,5	Gleichgewichtsverlust	bis 0,3		
fehlerhafter Armzug	0,5	oder geb Arme	bis 0,5	zusätzliche Schritte/Hüpf	je 0,1		
		Hohlkreuz	bis 0,8	großer Schritt	je 0,3		
		Hüftwinkel	bis 0,8	fehlerhafte Körperhaltung	bis 0,3		
		nicht Beibehalten Streckung	bis 0,3	Tiefe Landung	0,5		
		unkontrollierte Armhaltung	bis 0,5	Sturz	1,0		

Name :	Abzüge	Name:	Abzüge
	MW		MW
	Endnote		Endnote
Name:	Abzüge	Name:	Abzüge
	MW		MW
	Endnote		Endnote
Name:	Abzüge	Name:	Abzüge
	MW		MW
	Endnote		Endnote
Name:	Abzüge	Name:	Abzüge
	MW		MW
	Endnote		Endnote
Name:	Abzüge	Name:	Abzüge
	MW		MW
	Endnote		Endnote
Name:	Abzüge	Name:	Abzüge
	MW		MW
	Endnote		Endnote