

AK 8

Name:

| | | | | |
|----|-------------------|--------------------------|--|----|
| A | unkoord Anlauf | bis 0,5 | | 2. |
| | Einsprung | | | |
| | Tempo | bis 0,3 | | |
| E | Armzug | 0,5 | | |
| 1. | Hüftwinkel | < 170° 0,3 < 120° 0,5 | | |
| | Hohlkreuz | 0,3/0,5 | | |
| | gebeug Beine | bis 0,5 | | |
| | Geöffn Beine | bis 0,3 | | |
| Ab | zusätzl Stütz | je 1,00 | | L |
| | Schulterwinkel | bis 0,5 | | |
| | ung Hüftstreck | 0,3/0,5/1,0 | | |
| | zu lange | 0,3/0,5 | | |
| | kein Blickkontakt | 0,5 | | |
| | Kopfstand | 5,00 | | |

| | | |
|---------------------|---------|--|
| ungenü Höhe | bis 0,8 | |
| ungenü Weite | bis 0,8 | |
| ungenü Körperstreck | bis 0,5 | |
| ungenü offener ARW | bis 0,5 | |
| Hohlkreuz | bis 0,5 | |
| Kopfhaltung | 0,5 | |
| geöff Beine | 3,0 | |
| Geb. Beine | bis 0,5 | |
| Abrollen | bis 0,3 | |
| im Sitz | 1,0 | |
| Dynamik | bis 0,5 | |
| Gesamt | | |
| E-Note | | |
| Endnote | | |

| | | | | |
|----|-------------------|--------------------------|--|----|
| A | unkoord Anlauf | bis 0,5 | | 2. |
| | Einsprung | | | |
| | Tempo | bis 0,3 | | |
| E | Armzug | 0,5 | | |
| 1. | Hüftwinkel | < 170° 0,3 < 120° 0,5 | | |
| | Hohlkreuz | 0,3/0,5 | | |
| | gebeug Beine | bis 0,5 | | |
| | Geöffn Beine | bis 0,3 | | |
| Ab | zusätzl Stütz | je 1,00 | | L |
| | Schulterwinkel | bis 0,5 | | |
| | ung Hüftstreck | 0,3/0,5/1,0 | | |
| | zu lange | 0,3/0,5 | | |
| | kein Blickkontakt | 0,5 | | |
| | Kopfstand | 5,00 | | |

| | | |
|---------------------|---------|--|
| ungenü Höhe | bis 0,8 | |
| ungenü Weite | bis 0,8 | |
| ungenü Körperstreck | bis 0,5 | |
| ungenü offener ARW | bis 0,5 | |
| Hohlkreuz | bis 0,5 | |
| Kopfhaltung | 0,5 | |
| geöff Beine | 3,0 | |
| Geb. Beine | bis 0,5 | |
| Abrollen | bis 0,3 | |
| im Sitz | 1,0 | |
| Dynamik | bis 0,5 | |
| Gesamt | | |
| E-Note | | |
| Endnote | | |

Name:

| | | | | |
|----|-------------------|--------------------------|--|----|
| A | unkoord Anlauf | bis 0,5 | | 2. |
| | Einsprung | | | |
| | Tempo | bis 0,3 | | |
| E | Armzug | 0,5 | | |
| 1. | Hüftwinkel | < 170° 0,3 < 120° 0,5 | | |
| | Hohlkreuz | 0,3/0,5 | | |
| | gebeug Beine | bis 0,5 | | |
| | Geöffn Beine | bis 0,3 | | |
| Ab | zusätzl Stütz | je 1,00 | | L |
| | Schulterwinkel | bis 0,5 | | |
| | ung Hüftstreck | 0,3/0,5/1,0 | | |
| | zu lange | 0,3/0,5 | | |
| | kein Blickkontakt | 0,5 | | |
| | Kopfstand | 5,00 | | |

| | | |
|---------------------|---------|--|
| ungenü Höhe | bis 0,8 | |
| ungenü Weite | bis 0,8 | |
| ungenü Körperstreck | bis 0,5 | |
| ungenü offener ARW | bis 0,5 | |
| Hohlkreuz | bis 0,5 | |
| Kopfhaltung | 0,5 | |
| geöff Beine | 3,0 | |
| Geb. Beine | bis 0,5 | |
| Abrollen | bis 0,3 | |
| im Sitz | 1,0 | |
| Dynamik | bis 0,5 | |
| Gesamt | | |
| E-Note | | |
| Endnote | | |

| | | | | |
|----|-------------------|--------------------------|--|----|
| A | unkoord Anlauf | bis 0,5 | | 2. |
| | Einsprung | | | |
| | Tempo | bis 0,3 | | |
| E | Armzug | 0,5 | | |
| 1. | Hüftwinkel | < 170° 0,3 < 120° 0,5 | | |
| | Hohlkreuz | 0,3/0,5 | | |
| | gebeug Beine | bis 0,5 | | |
| | Geöffn Beine | bis 0,3 | | |
| Ab | zusätzl Stütz | je 1,00 | | L |
| | Schulterwinkel | bis 0,5 | | |
| | ung Hüftstreck | 0,3/0,5/1,0 | | |
| | zu lange | 0,3/0,5 | | |
| | kein Blickkontakt | 0,5 | | |
| | Kopfstand | 5,00 | | |

| | | |
|---------------------|---------|--|
| ungenü Höhe | bis 0,8 | |
| ungenü Weite | bis 0,8 | |
| ungenü Körperstreck | bis 0,5 | |
| ungenü offener ARW | bis 0,5 | |
| Hohlkreuz | bis 0,5 | |
| Kopfhaltung | 0,5 | |
| geöff Beine | 3,0 | |
| Geb. Beine | bis 0,5 | |
| Abrollen | bis 0,3 | |
| im Sitz | 1,0 | |
| Dynamik | bis 0,5 | |
| Gesamt | | |
| E-Note | | |
| Endnote | | |