



Nationaler Elemente-Code

TeamGym ab 2023

Für Offene Klasse, Jugend 3 und Jugend 2

<u>Boden:</u>	½ Pirouette vw.	DB 101	0.1
	½ Pirouette rw.	DB 102	0.1
	Einbeinstand (Spielbein beliebig)	SB 101	0.1
	Kerze 135°- 180°	HB 101	0.1
	Winkelsitz (>45°)	HB 205	0.2
	Strecksprung	J 101	0.1
	Strecksprung mit ½ Drehung	J 201	0.2
	Grätschsprung <135°	J203	0.2
<u>Tumbling:</u>	Sprungrolle (Vorwärtselement): nur gültig wenn es als einziges Element in der Serie geturnt wird		0.0
<u>Trampolin:</u>	Strecksprung		0.0
	Strecksprung mit ½ Drehung		0.05
	Strecksprung mit ganzer Drehung		0.1
	Hocksprung/Bücksprung>45°/Grätschwinkelsprung		0.05
<u>Sprungtisch:</u>	Grätsche, Hocke		0.2
	Aufhocken - Strecksprung		0.1