

B A R R E N

P 1 – Barren – Variante A <i>Geräthöhe: 1,20 m</i>						
Nr.	Ausschreibung Variante A	Wert	Fehlerhinweise	Abzug		
				k	m	g
1	Aus dem Innenquerstand auf einem kleinen Kasten: Absprung und Vorschung in den Außenquersitz rechts oder links	0,5	- Vorschung nicht hoch genug ohne Körperspannung - Arme gebeugt	X X X	X X X	X X X
2	Niedersprung in den Außenquerstand seitlings mit Halten der gerätnahen Hand am Barrenholm	0,5	- kein Oberschenkelabdruck - Standfehler	X X		

P 2 – Barren – Variante A <i>Geräthöhe: 1,20 m</i>						
Nr.	Ausschreibung Variante A	Wert	Fehlerhinweise	Abzug		
				k	m	g
1	Aus dem Innenquerstand auf einem kleinen Kasten: Absprung in den Stütz und Vorschung in den Außenquersitz rechts oder links;	0,5	- Vorschung nicht hoch genug ohne Körperspannung	X X	X X	X X
2	Vorschung mit Einschwingen in die Holmengasse, Rückschwung , (Füße in Holmhöhe), Vorschung in den Außenquersitz rechts oder links (gegengleich zu vorher)	0,2 0,5 0,5	- zu geringes Vorschwingen des gestreckten Beines - kein Oberschenkelabdruck - ungenügender Rückschwung - ungenügender Hüfteinsatz	X X X X	X X X	X X
3	Niedersprung in den Außenquerstand seitlings mit Halten der gerätnahen Hand am Barrenholm	0,2	- kein Oberschenkelabdruck - Standfehler	X X		

P 3 – Barren – Variante A <i>Geräthöhe: 1,20 m</i>						
Nr.	Ausschreibung Variante A	Wert	Fehlerhinweise	Abzug		
				k	m	g
1	Aus dem Innenquerstand auf einem kleinen Kasten: Absprung in den Stütz und Vorschung	0,5	- Vorschung nicht hoch genug	X	X	
2	Rückschwung (über Holmhöhe), Vorschung in den Grätschsitz – 2 Sek. -,	0,2	- ungenügender Rückschwung - ungenügende Körperstreckung im Grätschsitz - kein erkennbarer Halt	X X	X X	
3	Heben durch den Winkelstütz;	0,2				
4	Einschwingen zum Rückschwung (über Holmhöhe)	0,5	- zu geringer Hüfteinsatz - nicht in Holmhöhe	X X	X	
5	Vorschung zur Kehre in den Außenquerstand seitlings.	1,5	- zu geringe Höhe - zu geringer Hüfteinsatz - Standfehler	X X X		

P 4 – Barren – Variante A <i>Geräthöhe: 1,20 m</i>						
Nr.	Ausschreibung Variante A	Wert	Fehlerhinweise	Abzug		
				k	m	g
1	Aus dem Innenquerstand auf einem kleinen Kasten: Absprung zum Vorschung	0,5	- kein ruhiger Stand - Vorschung nicht über Holmhöhe	X X		
2	Rückschwung (waagrecht), Vorschung mit Grätschen und Schließen der Beine	1,5 0,5	- ungenügender Rückschwung - kein deutliches Grätschen der Beine - geringe Körperstreckung im Vorschung	X X	X X	X X
3	Rückschwung (waagrecht), Vorschung Kehre mit ¼ Drehung einwärts in den Außenseitstand vorlings	1,5	- ungenügender Rückschwung - geringer Vorschung - zu geringer Hüfteinsatz - Standfehler	X X X X	X X X	X X