

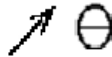









DTB RSG AK 7 Pflichtübung Reifen – Beschreibung

No.	Körper	Gerät	Symbol / Wert
	Anfangspose beliebig (im Stand), auf der re Seite der Fläche / des Streifens (vom Trainer / Kampfrichter aus gesehen)	Reifen in re Hand sw-rück-tief gehalten, Reifen berührt Boden (Arm auswärts gedreht, Handfläche nach oben)	
01	3-4 Passé-Schritte vw im Relevé	Reifen nach vorne oben ziehen und 3-4 kleine Kreise horizontal über Kopf nach li um re Hand	 0,2
	Schlussstand	Reifen in Vorhalte stoppen, mit beiden Händen halten	
02	2 kleine Pferdchensprünge vw	2x Passage vw durch den Reifen	 0,2
03	Schlussstand (flach oder Relevé)	kleiner bis mittlerer Wurf mit 1/1 Rotation um die Querachse, Werfen und Fangen mit beiden Händen	 0,2
04	¼ oder ½ Drehung re (Fläche/Streifen), dann Schlussstand	Bumerang-/Effet-Rollen vw	 0,2
	2-3 Passé-Hüpfer vw zum rollenden Reifen	Reifen mit der re Hand annehmen	
05	Genre-Schritt (Ausfallschritt) rw, dann Schlussstand	Reifen um die re Hand zwirbeln (etwa horizontale Achse), dann Übergabe des Reifens in die li Hand	 0,2
	Gehen oder Laufen nach li (Halbkreis)	Reifen am Boden zwirbeln (li Hand bleibt auf Reifen)	
06	Schlussstand, li Körperseite zur Front	Reifen an der li Körperseite mit der re Hand aufnehmen, zur re Körperseite führen und dort sagittal rw um Hand kreisen	 0,2
	Anlauf - Pferdchensprung	3-4 sagittale kleine Kreise rw um re Hand	
	½ Drehung li, beide Arme in Hochhalte	Reifen über Kopf festhalten	
07	Schlussstand, Demi-Plié, dann Beine strecken (mit oder ohne Relevé), beide Arme bewegen sich parallel tief-hoch	Reifen über vorne nach tief-rück schwingen, dann kleiner bis mittlerer Wurf vor-hoch, Werfen re und Fangen li	 0,2
	Wiederholung	Wiederholung gegengleich	
08	1/4 Drehung re	Reifen umgreifen und frontal im Uhrzeigersinn um die re Hand kreisen	 0,2
	2 Chassés sw li	2 kleine Kreise um die re Hand (frontal, Uhrzeigersinn), dann sofort Übergabe des kreisenden Reifens vor dem Körper in die li Hand (ohne Stopp oder Richtungswechsel)	
	weitere 2 Chassés sw li	2 kleine Kreise um die li Hand (frontal, Uhrzeigersinn)	
09	Passé-Stand vw re oder li (flacher Fuß)	Reifen über li sw nach oben führen, über Kopf in die re Hand übergeben, dann mit der re Hand re sw und nach unten führen (insg. ¾ großer Frontalkreis)	 0,2
10	Genre-Schritt (Ausfallschritt) rw, dann Schlussstand	Horizontaler Achterkreis nach re (hoch-tief), gefolgt von Passage in den Reifen	 0,2
	Chainé	Reifen 1-2x um die Taille kreisen	
	Endpose beliebig, auf der re Seite der Fläche / des Streifens (vom Trainer / Kampfrichter aus gesehen)		Gesamt D-Wert 2,0

re = rechts, li = links, vw = vorwärts, sw = seitwärts, rw = rückwärts