



# Schwierigkeitskatalog Gymnastik ab 2005

Der Schwierigkeitskatalog führt Beispiele für die Verwendung von körpertechnischen Schwierigkeiten auf.

Mit dem Schwierigkeitskatalog werden die Körperelemente in A-, B- und C- Schwierigkeiten eingeteilt. Der Wert der Schwierigkeiten ist:  
A= 0,10 Punkte, B= 0,20 Punkte, C= 0,30 Punkte.

Jede Schwierigkeit wird einmal einzeln und einmal in einer Kombination gewertet.

Es ist möglich, die Schwierigkeiten mit Variationen zu zeigen (z.B. gebeugtes Standbein oder gebeugtes Spielbein oder Spielbein in verschiedenen Richtungen usw.). Die Variationen verändern nicht den Wert und die Art der Schwierigkeit. Werden Gleichgewichtselemente/Stände mit zusätzlicher Bewegung von Körperteilen (außer den Armen) ausgeführt, erhöht sich der Schwierigkeitswert um 0,10 Punkte.

Schwierigkeiten, die höherwertig als im Katalog als C-Schwierigkeit angegeben sind, geturnt werden, werden als zusätzliche C-Schwierigkeiten eingestuft und anerkannt (z.B. 3/1 Passé-Drehung = C).

Die angegebenen Kurzzeichen (pro Spalte) werden mit dem jeweiligen Schwierigkeitswert ergänzt (  $\overset{\circ}{\text{A}}$ ,  $\overset{\circ}{\text{B}}$ ,  $\overset{\circ}{\text{C}}$  ).