

Boden

10101	B	Kerze --	1.01 Standarten
10501	B	Strecksprung	1.05 Sprungarten
10502	B	Strecksprung m. 1/2 Dr.	
10508	B	Quergrätschsprung	
10511	B	Hopserhüpfer	
10512	B	Nachstellhüpfer vw.	
10514	B	Spreizschlusssprung	
10515	B	Spreizschlusssprung m. 1/4 Dr.	
10517	B	Galopphüpfen sw.	
10522	B	Wechselsprung m. 1/2 Dr.	
10524	B	Laufsprung	
10601	B	Rolle vw.	1.06 Rollen
10602	B	Rolle vw. z. Grätschsit	
10612	B	Rolle rw.	
10613	B	Rolle rw. z. Fersensitz	
10622	B	Rolle sw. m. gegr. Beinen	
10801	B	Hockstand u. Kreisen auswärts	1.08 Kreisen
10916	B	Rad	1.09 Überschläge
10103	4	Kopfstand --	1.01 Standarten
10104	4	Rad z. Hstand	
10106	4	Hochschwingen z. Hstand u. Rolle vw.	
10108	4	Hochschwingen z. Hstand u. zurück	
10504	4	Hocksprung	1.05 Sprungarten
10507	4	Grätschsprung	
10513	4	Anschlagsprung	
10516	4	Spreizschlusssprung m. 1/2 Dr.	
10518	4	Drehsprung	
10519	4	Rösslisprung	
10523	4	Rehsprung	
10530	4	Pirouette 1/2 Dr. einwärts o. auswärts	
10603	4	Rolle vw. ohne Aufstützen d. Hände	
10614	4	Rolle rw. a. ein Bein	
10615	4	Rolle rw. z. Grätschstand	1.06 Rollen
10616	4	Rolle rw. m. gestr. Beinen	
10620	4	Hstand Bauchrolle rw.	
10917	4	Rad natural 1/2 Dr. Rad unnatural	
10102	5	Unterarmstand --	1.01 Standarten
10107	5	Hochschwingen z. Hstand Rolle vw. m. gestr. B. z. Stand o. Grätschstand	
10117	5	1/2 Dr. z. Handstand	
10118	5	Aus Rückenlage zum Kopfstand --	
10201	5	Aus Kauerstellung heben d. geh. Körpers z. Hstand	1.02 Kraftelemente
10202	5	Aus Kauerstellung heben d. geb. Körpers m. gegr. Beinen z. Hstand	
10206	5	Heben d. geb. Körpers m. geb. A. u. gegr. B. z. Hstand	
10303	5	Querspogat --	1.03 Sitzarten
10402	5	Grätschwinkelstütz --	1.04 Stützarten
10505	5	Hocksprung m. 1/2 Dr.	1.05 Sprungarten
10506	5	Hockspreizsprung / Kann ein- oder beidbeinig gesprungen werden	
10520	5	Rösslisprung m. 1/2 Dr.	
10525	5	Schersprung	
10604	5	Rolle vw. z. Grätschstand (m. gestr. B.)	
10605	5	Rolle vw. z. Hstand Beinhaltung geh./ gegr.	1.06 Rollen
10608	5	Sprungrolle vw. o. Sprungrolle vw. gegr.	
10919	5	Überschlag sw. m. Stütz a. einem A. (Rad einarmig)	
10920	5	Radwende (Rondat)	1.09 Überschläge
10922	5	Rad auf den Unterarmen	
11101	5	Standwaage vl. --	
			1.11 Waagen

Boden

10105	6	Rad z. Hstand --	
10109	6	Hochschwingen z. Hstand --	
10110	6	Hstand -- m. quergegr. Beinen	1.01 Standarten
10111	6	Hstand -- m. seitwärtsgegr. Beinen	
10112	6	Hochschwingen z. Hstand u. 1/2 Dr.	
10116	6	Aus Hstand. 1/2 Dr.	
10203	6	Aus Kauerstellung heben d. geb. Körpers z. Hstand	1.02 Kraftelemente
10204	6	Aus Kopfstand heben z. Hstand	
10301	6	Seitspagat --	
10302	6	Durchschwimmen	1.03 Sitzarten
10305	6	Aus Liegestütz Durchschub z. Spagat --	
10401	6	Winkelstütz --	1.04 Stützarten
10503	6	Strecksprung m. 1/1 Dr.	
10509	6	Bücksprung	
10510	6	Grätschwinkelsprung	1.05 Sprungarten
10521	6	Rösslisprung m. 1/1 Dr.	
10526	6	Schersprung m. 1/2 Dr. (Kadett)	
10606	6	Rolle vw. z. Hstand Beinhaltung geb.	
10607	6	Einbeinsprungrolle	
10609	6	Sprungrolle vw. m. gestr. B. bis z. Stand	1.06 Rollen
10610	6	Hechtrolle	
10617	6	Rolle rw. d. d. Hstand	
10701	6	Kopfkippe	1.07 Kippen
10901	6	Healy-Quirl z. Liegestütz rl.	
10907	6	Bögli rw.	
10910	6	Bögli rw. m. Beinwechsel	
10911	6	Bögli rw. z. Hstand --	
10918	6	Gesprungenes Rad	1.09 Überschläge
10923	6	Bögli auf Unterarmen zum Stand	
10924	6	Tic-tac auf Unterarmen	
10925	6	Sprung rw. Zum Handstand, Bauchrolle rw.	
11009	6	Salto vw. geh.	1.10 Salti
11010	6	3/4 Salto vw. z. Sitz	
11102	6	Standwaage vl. m. Halten eines Beines m. einer Hand --	1.11 Waagen
11104	6	Spreizwaage vl. --	

Boden

10113	7	Hochschwingen z. Hstand u. 1/1 Dr.	
10114	7	Aus Hstand --, 1/2 Dr. (o. mehr)	1.01 Standarten
10115	7	Aus Hstand 1/1 Dr. oder mehr	
10205	7	Aus Kopfstand heben z. Hstand --	
10207	7	Heben d. geb. Körpers m. gestr. A. z. Hstand (o. Hstand --)	1.02 Kraftelemente
10208	7	Heben d. geb. Körpers m. gestr. A. u. gegr. B. z. Hstand (o. Hstand --)	
10209	7	Aus Hstand senken z. Grätschwinkelstütz --	
10304	7	Aus Hstand o. Bögli rw. Durchschub z. Spagat --	1.03 Sitzarten
10403	7	Spitzwinkelstütz gegrätscht -- gleiches Element, wie mit geschl. Beinen	1.04 Stützarten
10527	7	Spagatsprung	
10528	7	Durchschlagsprung	
10529	7	Ringsprung	1.05 Sprungarten
10531	7	Pirouette 1/1 Dr. einwärts o. auswärts (o. mehr)	
10532	7	Sprung mit Landung in Liegestütz (Schoushunova)	
10611	7	Sprg. m. 1/2 Dr. z. Hechtrolle	
10618	7	Rolle rw. z. Hstand --	1.06 Rollen
10619	7	Rolle rw. m. 1/2 Dr. d. d. Hstand	
10621	7	Bauchrolle vw. z. Hstand --	
10702	7	Kopfkippe z. Grätschsitz	1.07 Kippen
10703	7	Kopfkippe m. 1/2 Dr. z. Liegestütz	
10802	7	Beidbeiner min. 2x (Kreisen m. b. B.)	1.08 Kreisen
10803	7	Amerikanerkreisen min. 2x (Kreisen m. gegr. B.)	
10902	7	Überschlag vw.	
10903	7	Spreizüberschlag vw.	
10904	7	Hechtüberschlag	
10905	7	Bögli vw.	
10906	7	Bögli vw. einarmig	
10908	7	Bögli rw. einarmig	
10909	7	Sitzbögli	1.09 Überschläge
10912	7	Bögli rw. z. Hstand u. 1/2 Dr. (o. mehr)	
10913	7	Tic-Tac	
10914	7	Flic-Flac	
10915	7	Spreizüberschlag rw.	
10921	7	Arabersprung (freies Rad)	
10926	7	Flic-Flac gespr. Aus der Vorwärtsbewegung (Auerbach Flic)	
11001	7	Salto rw. geh.	
11002	7	Salto rw. geb.	
11003	7	Salto rw. gestr.	
11004	7	Temposalto rw.	
11005	7	Spreizsalto rw.	
11006	7	Salto rw. gestr. m. 1/2 Dr.	
11007	7	Salto rw. gestr. m. 1/1 Dr.	1.10 Salti
11008	7	Doppelsalto rw. geh.	
11011	7	Salto vw. z. Liegestütz vl.	
11012	7	Salto vw. geb.	
11013	7	Salto vw. gestr.	
11014	7	Spreizsalto vw. (freier Überschlag vw.)	
11015	7	Twist vw.	
11103	7	Standwaage vl. m. Halten eines Beines m. beiden Händen -- (Biellmann)	
11105	7	Spreizwaage sl. --	1.11 Waagen
11106	7	Stützwaage --	

Schaukelring

20210	B	Rschklin. u. heben d. geh. Körpers m. geb. A. z. Sturzhg. geb./gegr.	2.02 Heben und senken zum Sturzhang
20309	B	Schkln. im Beugehg. u. senken z. Hg.	2.03 Abschwünge aus dem Sturzhang oder aus dem Stütz
20710	B	Auskugeln aus d. Rschklin. Sturzhg gestr.	2.07 Überschläge vorwärts und rückwärts
21001	B	Rschklin. z. Nsprg.	2.10 Übungsabgänge ohne Bewegungsverwandtschaft
20101	4	Vschklin. m. 1/2 Dr.	2.01 Schaukeln im Hang mit Drehungen um die Längsachse
20201	4	Vschklin. u. heben d. geb. Körpers z. Sturzhg. geb./gegr.	2.02 Heben und senken zum Sturzhang
20304	4	Vschklin. im Sturzhg. u. senken z. Hg.	2.03 Abschwünge aus dem Sturzhang oder aus dem Stütz
20305	4	Vschklin. im Sturzhg. u. senken z. Beugehg.	2.03 Abschwünge aus dem Sturzhang oder aus dem Stütz
20501	4	Rschklin. u. Stemme z. Beugehg.	2.05 Stemmen vorwärts und rückwärts
20504	4	Vschklin. u. Stemme z. Beugehg.	2.05 Stemmen vorwärts und rückwärts
20602	4	Vschklin. im Sturzhg. u. Kippe vw. z. Beugehg.	2.06 Kippen vorwärts und rückwärts
20102	5	Vschklin. im Beugehg., 1/2 Dr. z. Hg.	2.01 Schaukeln im Hang mit Drehungen um die Längsachse
20105	5	Rschklin. m. 1/2 Dr.	
20106	5	Rschklin. im Beugehg., 1/2 Dr. z. Hg.	
20202	5	Vschklin. u. heben d. gestr. Körpers z. Sturzhg. geb.	2.02 Heben und senken zum Sturzhang
20203	5	Vschklin. u. heben d. gestr. Körpers z. Sturzhg. gestr.	
20206	5	Rschklin. u. heben d. geb. Körpers m. geb. A. z. Sturzhg. geb./gegr.	
20301	5	Schkln. im Sturzhg., öffnen z. Strecksturzhg.	2.03 Abschwünge aus dem Sturzhang oder aus dem Stütz
20306	5	Vschklin. im Sturzhg. u. senken m. 1/2 Dr. z. Hg.	
20311	5	Schkln. im Beugestütz u. senken z. Hg.	
20317	5	Vschklin. im Stütz u. senken rw. z. Sturzhg. geb.	
20601	5	Vschklin. im Sturzhg. u. Kippe vw. z. Nsprg.	
20701	5	Auskugeln aus d. Rschklin. im Sturzhg.	2.07 Überschläge vorwärts und rückwärts
21002	5	Vschklin. m. 1/2 Dr. z. Nsprg.	2.10 Übungsabgänge ohne Bewegungsverwandtschaft
21003	5	Vschklin. im Sturzhg. z. Nsprg. (Auskugeln)	

Schaukelring

20103	6	Vschklin. m. 1/1 Dr.	2.01 Schaukeln im Hang mit Drehungen um die Längsachse
20204	6	Vschklin. 1/2 Dr. u. heben d. geb. Körpers m. geb. A. z. Sturz hg. geb./gegr.	2.02 Heben und senken zum Sturzhang
20207	6	Rschklin. u. heben d. geb. Körpers m. gestr. A. z. Sturz hg. geb./gegr.	
20209	6	Rschklin. 1/2 Dr. u. heben z. Sturz hg. gegr.	2.03 Abschwünge aus dem Sturzhang oder aus dem Stütz
20302	6	Schkln. im Sturz hg. geb., wechseln z. Sturz hg. gegr.	
20303	6	Schkln. im Sturz hg. gegr., wechseln z. Sturz hg. geb.	
20310	6	Vschklin. im Stütz u. senken z. Hg.	
20313	6	Gleiches Element Rschklin. im Stütz u. senken z. Hg.	
20315	6	Schkln. im Beugestütz u. senken m. 1/2 Dr. z. Hg.	
20316	6	Rschklin. im Stütz u. senken rw. z. Sturz hg. geb./gegr.	2.04 Felgen, Felgaufschwünge
20402	6	Vschklin. im Stütz u. senken vw. z. Sturz hg. geb.	
20404	6	Vschklin. im Sturz hg. u. Rolle vw. m. geb. A. z. Sturz hg.	
20406	6	Rschklin. im Sturz hg. u. Rolle vw. m. geb. A. z. Sturz hg.	2.05 Stemmen vorwärts und rückwärts
20502	6	Rschklin. u. Stemme z. Beugestütz	
20603	6	Vschklin. im Sturz hg. u. Kippe vw. z. Beugestütz	2.06 Kippen vorwärts und rückwärts
20703	6	Auskugeln aus d. Rskln. im Sturz hg. u. heben z. Sturz hg.	2.07 Überschläge vorwärts und rückwärts
20704	6	Auskugeln aus d. Rskln. im Sturz hg. u. heben z. Sturz hg. gegr.	
20707	6	Einkugeln aus d. Rschklin.	
20801	6	Vschklin. u. Salto rw. geh. z. Nsprg.	2.08 Salti rückwärts
20802	6	Vschklin. u. Salto rw. geb. z. Nsprg.	

Schaukelring

20104	7	Vschklin. m. 1 1/2 Dr.	2.01 Schaukeln im Hang mit Drehungen um die Längsachse	
20107	7	Rschklin. m. 1/1 Dr.		
20205	7	Vschklin. 1/2 Dr. u. heben d. geb. Körpers m. gestr. A. z. Sturz hg. geb./gegr.	2.02 Heben und senken zum Sturzhang	
20208	7	Rschklin. u. heben d. gestr. Körpers m. gestr. A. z. Sturz hg.		
20307	7	Vschklin. im Sturz hg. u. senken m. 1/1 Dr. z. Hg.	2.03 Abschwünge aus dem Sturzhang oder aus dem Stütz	
20308	7	Vschklin. im Sturz hg. u. senken m. 1/2 Dr. heben z. Sturz hg. gegr.		
20312	7	Schkln. im Stütz u. senken m. 1/2 Dr. z. Hg.		
20314	7	Schkln. im Stütz u. senken z. Hg. heben z. Sturz hg.		
20401	7	Vschklin. u. Felgaufschw. z. Stütz	2.04 Felgen, Felgaufschwünge	
20403	7	Vschklin. im Sturz hg. u. Rolle vw. m. gestr. A. z. Sturz hg.		
20405	7	Rschklin. im Sturz hg. u. Rolle vw. m. gestr. A. z. Sturz hg.		
20407	7	Vschklin. im Sturz hg. gegr. u. Rolle vw. m. gestr. A. z. Sturz hg.		
20408	7	Vschklin. Rolle rw. geh. z. Rschklin im Sturz hg. (Doppelrugeli)		
20409	7	Vschklin. Rolle rw. geb. z. Rschklin im Sturz hg. (Doppelrugeli)		
20410	7	Rschklin. Rolle rw. geh. z. Vschklin. im Sturz hg. (Doppelrugeli geh. hinten)		
20411	7	Rschklin. Rolle rw. geb. z. Vschklin. im Sturz hg. (Doppelrugeli geb. hinten)		
20503	7	Rschklin. u. Stemme z. Stütz	2.05 Stemmen vorwärts und rückwärts	
20505	7	Vschklin. u. Stemme z. Stütz		
20604	7	Vschklin. im Sturz hg. u. Kippe vw. z. Stütz	2.06 Kippen vorwärts und rückwärts	
20605	7	Rschklin. im Sturz hg. u. Kippe vw. z. Stütz		
20606	7	Schkln. im Sturz hg. u. Kippe rw. z. Stütz (Kreuzkippe)		
20702	7	Auskugeln m. 1/2 Dr. (o. mehr) aus d. Rschklin. im Sturz hg.	2.07 Überschläge vorwärts und rückwärts	
20705	7	Auskugeln aus d. Vschklin. im Sturz hg. u. heben z. Sturz hg. geb./gegr.		
20706	7	Rschklin. beidbeiniger Abstoss in d. Sturz hg. z. Auskugeln rw.		
20708	7	Einkugeln aus d. Vschklin.		
20709	7	Vschklin. im Sturz hg. Abschwingen z. Einkugeln	2.08 Salti rückwärts	
20803	7	Vschklin. u. Salto rw. gestr. z. Nsprg.		
20804	7	Vschklin. u. Salto rw. gestr. m. Grätschen z. Nsprg.		
20805	7	Vschklin. u. Salto rw. gestr. m. 1/2 Dr. (o. mehr) z. Nsprg.		
20806	7	Vschklin. u. Doppelsalto rw. geh. z. Nsprg.		
20807	7	Vschklin. u. Doppelsalto rw. geb. z. Nsprg.		
20808	7	Vschklin. u. Doppelsalto rw. gestr. z. Nsprg.		
20809	7	Vschklin. u. Doppelsalto rw. geh. m. 1/1 Dr. z. Nsprg.		
20901	7	Rschklin. u. Salto vw. geh. z. Nsprg.		2.09 Salti vorwärts
20902	7	Rschklin. u. Salto vw. geb. z. Nsprg.		
20903	7	Rschklin. u. Salto vw. gestr. z. Nsprg.		
20904	7	Rschklin. u. Salto vw. m. Grätschen z. Nsprg.		
20905	7	Rschklin. u. Salto vw. geb. m. 1/2 Dr. z. Nsprg.		
20906	7	Rschklin. u. Salto vw. gestr. m. 1/2 Dr. z. Nsprg.		
20907	7	Vschklin. im Sturz hg., Kippe u. Salto vw. geh. z. Nsprg.		
20908	7	Vschklin. im Sturz hg., Kippe u. Salto vw. geh. m. 1/2 Dr. z. Nsprg.		
20909	7	Vschklin. im Sturz hg., Kippe u. Salto vw. geb. z. Nsprg.		
20910	7	Vschklin. im Sturz hg., Kippe u. Salto vw. geb. m. 1/2 Dr. z. Nsprg.		

Sprünge mit dem Minitrampolin

30101	B	Strecksprung	3.01 Grundsprünge	1. Freisprünge
30105	B	Grätschsprung		
30107	B	Hocksprung		
30507	B	Überschlag sw. m. 1/4 Dr. gegen das Hindernis (Radwende)	3.05 Überschläge	2. Stützsprünge
30102	4	Strecksprung m. 1/2 Dr.	3.01 Grundsprünge	1. Freisprünge
30106	4	Grätschwinkelsprung		
30108	5	Bücksprung	3.01 Grundsprünge	1. Freisprünge
30201	5	Sprungrolle	3.02 Rollen	1. Freisprünge
30202	5	Hechtrolle		
30301	5	Salto vw. geh.	3.03 Salti vorwärts	1. Freisprünge
30103	6	Strecksprung m. 1/1 Dr.	3.01 Grundsprünge	1. Freisprünge
30302	6	Salto vw. gebückt mit gegrätschten Beinen	3.03 Salti vorwärts	1. Freisprünge
30303	6	Gleicher Sprung wie mit geschlossenen Beinen		
30307	6	Hechtsalto vw. geh.		
30401	6	1 1/2 Salto vw. geh.	3.04 Salti vorwärts mit Drehungen um die Längsachse	1. Freisprünge
30501	6	Salto vw. geh. m. 1/2 Dr.		
30508	6	Überschlag vw.	3.05 Überschläge	2. Stützsprünge
30508	6	Überschlag m. 1/2 Dr. in der 1. Flugphase		
30104	7	Strecksprung m. 1 1/2 Dr. (o. mehr)	3.01 Grundsprünge	1. Freisprünge
30304	7	Hechtsalto vw. geb.	3.03 Salti vorwärts	1. Freisprünge
30305	7	Salto vw. gestr.		
30306	7	Spreizsalto vw.		
30308	7	1 1/2 Salto vw. geb.		
30309	7	1 1/2 Salto vw. gestr.		
30310	7	Doppelsalto vw. geh.		
30311	7	Doppelsalto vw. geb.		
30312	7	Dreifachsalto		
30402	7	Salto vw. geb. m. 1/2 Dr. (o. mehr)		
30403	7	Barani o. Salto vw. gestr. m. 1/2 Dr.		
30404	7	Salto vw. gestr. m. 1/1 Dr. (o. mehr)		
30405	7	1 1/2 Salto vw. m. 1/1 Dr.		
30406	7	Doppelsalto vw. geh. m. 1/2 Dr.	3.04 Salti vorwärts mit Drehungen um die Längsachse	1. Freisprünge
30407	7	Doppelsalto vw. geb. m. 1/2 Dr.		
30408	7	Salto vw. geh. 1/2 Dr. zum Salto rw. geh. (Tsukahara)		
30409	7	Salto vw. geb. 1/2 Dr. zum Salto rw. geb. (Tsukahara geb.)		
30410	7	Salto vw. gestr. 1/2 Dr. zum Salto rw. gestr. (Tsukahara gegestr.)		
30601	7	Auerbachsalto	3.050 Salto rückwärts	1. Freisprünge
30602	7	Salto sw. (Japanersalto)		
30502	7	Überschlag vw. m. 1/2 Dr. (o. mehr)	3.05 Überschläge	2. Stützsprünge
30503	7	Yamashita		
30504	7	Yamashita m. 1/2 Dr.		
30505	7	Bücküberschlag vw.		
30506	7	Bücküberschlag vw. m. 1/2 Dr.		
30509	7	Sprg. m. 1/2 Dr. z. Hstand u. 1/2 Dr. (Halb Halb)		
30510	7	Tsukahara geh./geb./gestr.		
30511	7	Überschlag Salto vw. geh.		

Reck

40101	B	Sprung ab Minitrampolin z. Stütz vl. o. Vschwg.	4.01 Stützen - Kehren - Flanken - Wenden - Grätschen - Hocken - Bücken
40105	B	Spreizsitz 1/2 Dr. z. Stütz	
40122	B	Stand auf der Stange, Strecksprung zum Nsprg	
40123	B	Winkel im Hang	
40201	B	Knieaufschwng.	
40202	B	Knieabschwng.	
40204	B	Mühlabschwng. rw.	
40228	B	Felge vw. geh.	4.02 Felgen
40401	B	Knieumschwng. rw.	4.04 Umschwünge
40501	B	Vorschweben	4.05 Durchschübe
40112	4	Stütz vl., Aufhocken z. Stand	4.01 Stützen - Kehren - Flanken - Wenden - Grätschen - Hocken - Bücken
40113	4	Stütz rl., Aufhocken z. Stand	
40205	4	Felge rw.	4.02 Felgen
40219	4	Seitstand vl. Felgaufschwng.	
40220	4	Seitstand vl. Felgaufzug	
40302	4	Stütz: Unterschwg. z. Rschwng.	4.03 Unterschwünge
40303	4	Stütz: Unterschwg. z. Nsprg.	
40406	4	Mühlumschwng. vw.	4.04 Umschwünge
40102	5	Stütz vl. Durchhocken z. Spreizsitz	4.01 Stützen - Kehren - Flanken - Wenden - Grätschen - Hocken - Bücken
40106	5	Stütz rl. o. vl. 1/2 Dr. z. Stütz vl. o. rl.	
40110	5	Stütz vl., Hocke z. Nsprg.	
40114	5	Stütz vl., Aufgrätschen z. Stand	
40115	5	Stütz vl., Aufbücken z. Stand	
40119	5	Aufgrätschen z. Stange aus Riesenfelge vw.	
40120	5	Hangkehre	
40121	5	Hangkehre z. Nsprg.	
40203	5	Mühlauaufschwng. vw.	
40217	5	Hg. Felgaufzug	
40218	5	Vschwng. u. Felgaufschwng.	4.02 Felgen
40301	5	Schwunganreißen / Konterschwingung	4.03 Unterschwünge
40304	5	Unterschwg. m. 1/2 Dr. z. Vschwng.	
40306	5	Unterschwg. m. 1/2 Dr. z. Nsprg.	
40308	5	Grätschunterschwg. z. Nsprg.	
40309	5	Grätschunterschwg. z. Rschwng.	
40402	5	Sitzumschwng. rw./ Grätschsitzumschwung rw.	4.04 Umschwünge
40405	5	Umschwng. rw. im freien Kniehg. z. Nsprg. (Napoleon)	
40407	5	Grätschumschwng. vw.	
40408	5	Grätschumschwng. rw.	
40416	5	3/4 Bückumschwng. vw. m. Griffwechsel	
40601	5	Laufkippe	
40701	5	Stemme rw.	
			4.06 Kippen
			4.07 Stemmen

Reck

40103	6	Stütz vl. Durchhocken z. Stütz rl.	4.01 Stützen - Kehren - Flanken - Wenden - Grätschen - Hocken - Bücken
40104	6	Stütz rl. Durchhocken z. Stütz vl. o. z. Vorschweben	
40107	6	Bückstand a. d. Stange u. 1/2 Dr.	
40108	6	Stütz vl., Grätsche z. Nsprg.	
40109	6	Stütz vl., Grätschen z. Grätschwinkelstütz	
40111	6	Stütz vl., Bücke z. Nsprg.	
40117	6	Aufgrätschen z. Stange aus Riesenfelge rw.	
40206	6	Freie Felge rw.	4.02 Felgen
40208	6	Felge vw.	
40210	6	Felge rl. vw.	
40212	6	Felgaufschwung rl. vw. aus Stand rl.	
40214	6	Stütz rl., Felgabschwg. rl. rw. z. Felgaufschwg. rl. vw. (Pendel)	
40222	6	Felgüberschwg. d. d. Schwebestütz	
40310	6	Bückunterschwg. z. Nsprg.	4.03 Unterschwünge
40311	6	Bückunterschwg. z. Rschwg.	
40312	6	Grätschunterschwg. m. 1/2 Dr. z. Vschwg.	
40313	6	Grätschunterschwg. m. 1/2 Dr. z. Nsprg.	
40403	6	Umschwg. rw. im freien Kniehg.	4.04 Umschwünge
40409	6	Grätschfleurier	
40413	6	Bückumschwg. rw.	
40415	6	Bückumschwg. vw.	
40417	6	3/4 Bückumschwg. vw. m. Griffwechsel z. Vorschweben	
40502	6	Vorschweben geb. o. gegr. m. 1/2 Dr. z. Vorschweben geb. o. gegr.	4.05 Durchschübe
40507	6	Mühlabschwg. rw. Z. Durchschub i. d. Stütz rl.	
40602	6	Schwungkippe (am tiefen Reck mit angezogenen Beinen erlaubt)	4.06 Kippen
40603	6	Schwungkippe im Kammgriff	
40605	6	Falkippe	
40703	6	Rschwg. u. Stemme z. aufgrätschen/aufbücken	4.07 Stemmen

Reck

40116	7	Stütz vl. aufstossen z. Hstand	4.01 Stützen - Kehren - Flanken - Wenden - Grätschen - Hocken - Bücken
40118	7	Aufbücken z. Stange aus Riesenfelge rw.	
40207	7	Freie Felge rw. z. Hstand	4.02 Felgen
40209	7	Rschw. u. freie Felge vw. z. Hstand (Banzerrolle)	
40211	7	Felge rl. vw. z. Nsprg.	
40213	7	Felge rl. rw.	
40215	7	Kreuzkippe	
40216	7	Stütz rl., Felgabschw. rl. rw. z. Felgaufschw. rl. vw. m. ausgrätschen/ausflanken z. Vorschweben	
40221	7	Vschw. u. Felgaufschw. d. d. Hstand	
40223	7	Ristriesenfelge (Riesenfelge rw.)	
40224	7	Kammriesenfelge (Riesenfelge vw.)	
40225	7	Riesenfelge vw. im Ristgriff	
40226	7	Riesenfelge vw. 1/2 Dr. z. Vschw. im Rgr.	
40227	7	Direkter Wechsel	
40229	7	Felge rl. Vw. Mit 1/2Dr. Zum Vorschwung	
40230	7	Pirouette am Ende des Rückschwunges	
40305	7	Unterschw. /Grätschunterschw. m. 1/2 Dr. z. Vorschweben	4.03 Unterschwünge
40307	7	Unterschw. m. 1/1 Dr. z. Nsprg.	
40314	7	Grätschunterschw. m. 1/1 Dr. z. Nsprg.	
40315	7	Bückunterschw. m. 1/2 Dr. z. Nsprg.	
40316	7	Bückunterschw. m. 1/2 Dr. z. Vschw.	
40317	7	Bückunterschw. m. Bücken z. Nsprg.	
40404	7	Umschw. rw. im freien Kniehg. m. 1/2 Dr. z. Stütz	4.04 Umschwünge
40410	7	Bückfleurier	
40411	7	Grätschumschw. rw. z. Hstand	
40412	7	Grätschumschwung vw. z. Hstand	
40414	7	Bückumschw. rw. z. Hstand	
40418	7	Staldergrätschumschw.	
40419	7	Staldergrätschumschw. d. d. Hstand	
40420	7	Endogrätschumschw. d. d. Hstand	
40503	7	Durchschub	4.05 Durchschübe
40504	7	Durchschub z. Nsprg.	
40505	7	Vschw. u. Durchschub m. ausgrätschen/ausflanken z. Vschw. o. Vschweben	
40506	7	Durchschub m. gepr. B. z. Stütz rücklings	
40604	7	Schwebekippe	4.06 Kippen
40606	7	Schwungkippe mit Griffwechsel (Voschwung mit Ristgriff, Rückschwung mit Kammgriff)	
40702	7	Stemme rw. z. Hstand	4.07 Stemmen
40704	7	Hechtgrätsche	
40705	7	Felgabhechten	
40801	7	Vschw. u. Salto rw. geh. z. Nsprg.	4.08 Salti
40802	7	Vschw. u. Salto rw. geb. z. Nsprg.	
40803	7	Fleurier (Salto rw. gestr.)	
40804	7	Fleurier m. 1/2 Dr. (o. mehr)	
40805	7	Doppelsalto rw. geh. z. Nsprg.	
40806	7	Tsukahara	
40807	7	Rschw. im Kgr. u. Salto vw. geh. z. Nsprg.	
40808	7	Rschw. im Kgr. u. Salto vw. geb. z. Nsprg.	
40809	7	Kammriesenfleurier	
40810	7	Kammriesenfleurier m. Drehungen	
40811	7	Stand a. d. Stange: Salto rw. z. Nsprg. (geh./geb./gestr.)	
40812	7	Stand a. d. Stange: Salto vw. z. Nsprg. (geh./geb.)	
40813	7	Stand a. d. Stange: Salto vw. m. 1/2 Dr. z. Nsprg. (geh./geb.) (Walther)	
40814	7	Unterschw. z. Salto vw. geh. z. Nsprg.	

5 Barren

50201	B	Aussenquersitz	5.02 Sitzarten
50202	B	Grätschsitz h. d. H.	
50203	B	Grätschsitz v. d. H.	
50204	B	Reitsitz h. d. H.	
50307	B	Aussenquerstand vl.: Sprg. z. Oberarmstand --	5.03 Standarten
50308	B	Hockstand h. d. H.	
50309	B	Aussenquerstand vl.: Sprung, ab MT (mind. 45°) z. Vschwg.	
50701	B	Wende z. Nsprg.	5.07 Wenden
51701	B	Vschwg. u. Aufgrätschen	5.17 Teile ohne Zuordnung
51702	B	Grätschen d. B. am E. d. Vschwg. o. Rschwg.	
51704	B	Vschwg. im Oberarmhg. u. heben z. Kipplage	
50310	4	Aussenquerstand vl.: Sprung, ab MT (mind. 80°) z. Vschwg.	5.03 Standarten
50501	4	Kehre z. Nsprg.	5.05 Kehren
50502	4	Kehre m. 1/4 Dr. z. Nsprg.	
51001	4	Oberarmstand, Rolle vw. z. Rschwg. im Oberarmhg.	5.10 Rollen
51002	4	Oberarmstand, Rolle vw. z. Aussenquersitz	
51003	4	Oberarmstand, Rolle vw. z. Grätschsitz	
51004	4	Oberarmstand, Vschwg. im Oberarmhg.	
51604	4	Grätschsitz: Heben d. geb. Körpers z. Oberarmstand --	5.16 Heben zum Handstand und zum Oberarmstand
51703	4	Rschwg. im Beugestütz, Vschwg. im Oberarmhg.	5.17 Teile ohne Zuordnung
50101	5	Winkelstütz --	5.01 Stützarten
50301	5	Rschwg. z. flüchtigen Hstand (min. 80°)	5.03 Standarten
50304	5	Oberarmstand: aufstossen z. Vschwg. im Stütz	
50305	5	Rschwg. z. Oberarmstand --	
50402	5	Ellbogenwaage --	5.04 Waagen
50503	5	Kehre m. 1/2 Dr. z. Nsprg.	5.05 Kehren
50601	5	Flanke	5.06 Flanken
50702	5	Wende m. 1/2 Dr. z. Nsprg.	5.07 Wenden
50703	5	Hochwende z. Nsprg. (min. 80°)	
50706	5	Ab Minitramp: Wende z. Vschwg. (min. 45°)	
51006	5	Rolle rw.	5.10 Rollen
51201	5	Oberarmkippe z. Grätsch- o. Aussenquersitz	5.12 Kippen
51203	5	Laufkippe	
51204	5	Schwebekippe z. Grätsch- o. Aussenquersitz	
51205	5	Schwebekippe z. Rschwg. im Oberarmhg.	
51401	5	Am Barrenende, Rschwg. im Beugestütz u. Überschlag vw. z. Nsprg.	5.14 Überschläge
51402	5	Am Barrenende, Rschwg. u. Überschlag z. Nsprg.	
51403	5	Oberarmstand: Überschlag sw. z. Nsprg.	
51603	5	Heben d. geb. Körpers z. Oberarmstand --	5.16 Heben zum Handstand und zum Oberarmstand

5 Barren

50103	6	Grätschwinkelstütz --	5.01 Stützarten
50302	6	Rschwg. z. Hstand --	5.03 Standarten
50306	6	Aus Hstand--, senken z. Oberarmstand --	
50504	6	Kreiskehre z. Nsprg.	5.05 Kehren
50506	6	Kreiskehre rw. z. Nsprg.	
50507	6	Stützkehre z. Vschwg. im Oberarmhg.	
50602	6	Kreisflanke	5.06 Flanken
50603	6	Flanke m. 1/2 Dr. einwärts	
50704	6	Hochwende m. 1/2 Dr. z. Nsprg.	5.07 Wenden
50707	6	Ab Minitramp: Hochwende z. Vschwg. (min. 80°)	
50801	6	Aussenquerstand, Eingrätschen z. Winkelstütz --	5.08 Grätschen
50804	6	Hstand 1/4 Dr., Hocke z. Nsprg.	
50904	6	Healy-Quirl als Abgang	5.09 Drehungen im Hstand oder durch den Hstand
51005	6	Rolle vw.	5.10 Rollen
51007	6	Rolle rw. m. Aufgreifen (min. Waagerecht)	
51202	6	Oberarmkippe	5.12 Kippen
51206	6	Schwebekippe	
51207	6	Fallkippe	
51301	6	Stemme rw.	5.13 Stemmen
51303	6	Stemme vw.	
51404	6	Rschwg. z. Hstand u. Überschlag sw. z. Nsprg.	5.14 Überschläge

5 Barren

50102	7	Spitzwinkelstütz --	5.01 Stützarten
50303	7	Aussenquerstand vl.: Sprg. z. Hstand --	5.03 Standarten
50401	7	Stützwaage --	5.04 Waagen
50505	7	Oberarmkreiskehre	5.05 Kehren
50508	7	Stützkehre vw.	
50509	7	Stützkehre rw.	
50705	7	Kreishochwende	5.07 Wenden
50708	7	Ab Minitramp: Wende z. Hstand --	
50709	7	Holländer (Rschwg. z. Hstand. u. 1/4 Dr. r. z. Seithstand Rgr. a.d.r.Holm, 1/4 Dr. r.u. Überschlag sw. z. Nsprg.)	
50802	7	Durchgrätschen	5.08 Grätschen
50803	7	Oberarmgrätsche	
50805	7	Abgrätschen	
50806	7	Einarmiges Abgrätschen	
50807	7	Hstand 1/4 Dr., Bücke z. Nsprg.	
50808	7	Tkatschew	
50901	7	Hstanddr. vw. (1/2 Dr. o. mehr)	5.09 Drehungen im Hstand oder durch den Hstand
50902	7	Hstanddr. rw. (1/2 Dr. o. mehr)	
50903	7	Healy-Quirl	5.10 Rollen
51008	7	Streuli (Rolle rw. m. Aufgreifen z. Hstand --)	
51101	7	Vschwg. im Hg. z. Kiplage (Moi)	5.11 Felgen (Auf- Ab- und Umschwünge Aufzüge)
51102	7	Untere Flugrolle z. Vschwg. im Oberarmhg.	
51103	7	Untere Flugrolle z. Stütz	
51208	7	Schwabenkippe	5.12 Kippen
51209	7	Schwabenkippe z. Stütz	
51210	7	Stand rl., Absprung u. Kippe z. Winkelstütz -- o. Rschwg.	
51302	7	Stemme rw. z. Hstand	5.13 Stemmen
51501	7	Salto vw. geh. z. Rschwg. im Oberarmhg.	5.15 Salti
51502	7	Salto vw. geb. z. Rschwg. im Oberarmhg.	
51503	7	Salto vw. geb. z. Rschwg. im Stütz	
51504	7	Salto vw. geh. z. Aussenquerstand	
51505	7	Salto vw. geb. z. Aussenquerstand	
51506	7	Salto vw. geb. m. 1/2 Dr. z. Aussenquerstand	
51507	7	Vschwg. im Hg. u. Salto rw. z. Stand	
51508	7	Salto rw. geh. z. Aussenquerstand	
51509	7	Salto rw. geb. z. Aussenquerstand	
51510	7	Salto rw. gestr. z. Aussenquerstand	
51511	7	Salto rw. gestr. z. Vschwg. im Oberarmhg.	
51512	7	Doppelsalto rw. geh. z. Aussenquerstand	
51601	7	Heben d. geb. Körpers m. gestr. A. z. Hstand --	5.16 Heben zum Handstand und zum Oberarmstand
51602	7	Heben d. geb. Körpers m. geg. B. u. gestr. A. z. Hstand --	