

Es gelten die Erklärungen aus dem aktuellen Aufgabenbuch. Die Haltung der Arme ist während der gesamten Übung freigestellt. Gültig ab 1.1.2025.

<b>P1</b>	<b>Punkte</b>	
1	0	Beidbeiniger Fersensitz in der Mitte der hinteren Fläche. (Blick Seite 1)
2	0,2	Rolle seitwärts über den Rücken (mit oder ohne Grätschen) nach li oder re. Enden im beidbeinigen Fersensitz.
3	0	Aufstehen über den einbeinigen Kniestand in die Grundstellung. (Blick Seite 1)
4	0,2	Passé-Stand auf ganzer Sohle, schließen in die Grundstellung.
5	0,1	3-4 hohe Seitgalopp nach re oder li, schließen in die Grundstellung.
6	0,1	Gegangene Drehung re oder li in Richtung Seite 1, schließen in die Grundstellung.
7	0,1	Körperwelle vorwärts.
8	0,2	Anlauf (oder Chassé) Pferdchensprung, 2-3 Schritte weiterlaufen, schließen in die Grundstellung.
9	0,1	2 Nachstellschritte seitwärts nach re oder li.
10	0	Schlussposition beliebig.

<b>P2</b>	<b>Punkte</b>	
1	0	Beidbeiniger Fersensitz in der Mitte der rechten Fläche. (Blick Seite 1)
2	0,2	Rolle seitwärts über den Rücken (mit oder ohne Grätschen) nach li oder re. Enden im beidbeinigen Fersensitz.
3	0	Aufstehen über den einbeinigen Kniestand in die Grundstellung.
4	0,3	Passé-Stand im Ballenstand, schließen in die Grundstellung.
5	0,2	1 Chassé re, 1 Chassé li, in Richtung Seite 1, schließen in die Grundstellung.
6	0,3	Schritt vorwärts, mind. ½ Passé-Drehung re oder li, schließen in die Grundstellung, weiterdrehen zu Seite 7.
7	0,2	Körperwelle vorwärts.
8	0,3	Anlauf (oder Chassé) Pferdchensprung, weiterlaufen oder -gehen.
9	0,2	Gegangene Drehung re oder li in Richtung Seite 7.
10	0,3	Anlauf (oder Chassé) mind. Laufsprung, 2-3 Schritte weiterlaufen, schließen in die Grundstellung.
11	0	Schlussposition beliebig.

<b>P3</b>	<b>Punkte</b>	
1	0	Beidbeiniger Fersensitz in der Mitte der rechten Fläche. (Blick Seite 1)
2	0,2	Rolle seitwärts über den Rücken (mit oder ohne Grätschen) nach li oder re. Enden im beidbeinigen Fersensitz.
3	0,4	Stütz auf beiden Händen mit Grätschen der Beine, schließen in die tiefe Hocke (vor dem Stütz dürfen die Füße hinten aufgestellt werden).
4	0	Aufrichten in die Grundstellung.
5	0,2	Passé-Stand im Ballenstand, schließen in die Grundstellung.
6	0,2	1 Chassé re, 1 Chassé li, in Richtung Seite 1, schließen in die Grundstellung.
7	0,4	Schritt vorwärts, mind. 1/1 Passé-Drehung re oder li, schließen in die Grundstellung, weiterdrehen zu Seite 7.
8	0,2	Körperwelle rückwärts.
9	0,2	Anlauf (oder Chassé) Pferdchensprung, weiterlaufen oder -gehen.
10	0,4	Rad re oder li, weiter gehen in Richtung Seite 7.
11	0,1	Gegangene Drehung re oder li in Richtung Seite 7, auf beiden Füßen weiterdrehen zur Ecke 4, Grundstellung.
12	0,4	Standwaage auf ganzer Sohle re oder li, Schließen in die Grundstellung.
13	0,3	Anlauf (oder Chassé) mind. Laufsprung, 2-3 Schritte weiterlaufen, schließen in die Grundstellung.
14	0	Schlussposition beliebig.