

Deutsche Eislauf Union e.V.

Figurenläufer

Der **Figurenläufer** soll bereits figurenähnliches Laufen, grundlegende Sprungformen und Pirouetten-Vorübungen beherrschen.

Lauffähigkeiten:

1. Slalom auf einem Bein um 6 Pylonen („Hütchen“) L+R
2. Schwungbogen va L+R über ganze Längsseite
3. Schwungbogen ve L+R über ganze Längsseite
4. Chassée-Laufschrift vorwärts (2x*Ch –1x*LS) mit spiralförmigem Auslauf auf einem Bein va L+R
5. Chasse-Laufschrift rückwärts(2x*Ch –1x*LS) mit spiralförmigem Auslauf auf einem Bein ra L+R
6. Dreierschritt Drvera-va-Drvera L+R
7. Hockeystopp beidbeinig L+R
8. Flieger va + ra L+R

Sprungfähigkeiten:

9. drei Drehsprünge 360° (ganze Umdrehung) auf dem Kreis L+R

Pirouetten:

10. Pirouette in Hockeiposition auf 2 Füßen (5 U)

Verein: _____

Landesverband: _____

			Elemente										bestanden
	Name, Vorname	Geb.Datum	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ja/nein
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
Ort, Datum		Kunstlaufobmann des Vereins					Prüfrichter						