Deutsche Eislauf-Union e.V. (DEU)

Überprüfung der Leistungsgrundlagen im Eiskunstlaufen

Konzept zur Anwendung einer eiskunstlaufspezifischen Talentdiagnostik

Talentparcours

für die Altersklassen (AK) 4-9

Stand: 30.06.2025

Inhalt

Präambel 3
1. Allgemeines 4
2. Durchführung 4
2.1 Parcours Aufbau 4
2.2 Materialliste 5
3. Sichtungsteam 5
4. Helferteam 6
5. Ablauf 6
5.1 Einlaufen (Warm-Up) 6
5.2 Vorlaufen 6
6. Parcours-Wertung und Ergebnisermittlung 7
7. Kreativ-Kür (nur für AK 9) 7
7.1 Technische Elemente: 8
7.2 Auswahl der Musik und Startreihenfolge 8
7.3 Bewertung und Beurteilungskriterien der Kreativ-Kür 8
8. Ermittlung des Gesamtergebnisses und Ergebnisübermittlung 9
Anlage I Talentparcours 1-3 Aufbau und Beschreibung 10
Anlage II Bewertungsbögen Parcours 1-3 14
Anlage III Bewertungsbogen Kreativ-Kür 19
Anlage IV Bogen Gesamtergebnis Parcours + Kreativ-Kür (AK 9) 20
Anlage V Materialvorschlagsliste 21

Präambel

Bei den Talentparcours handelt es sich um eine Sichtungsmaßnahme zur Überprüfung der allgemeinen eisläuferischen Leistungsgrundlagen in den Altersklassen 4-9, die dem Landeskaderalter vorgeschaltet ist. Als Bestandteil der Nachwuchs-Rahmenrichtlinien (NW-RRL) sind diese Altersklassen der AK 1 und somit im langfristigen Leistungsaufbau dem Grundlagentraining zuzuordnen.

Ein besonderer Dank gilt hierbei den Mitgliedern der Nachwuchsleistungssportkommission, die unter Leitung der Bundesnachwuchstrainerinnen Einzellaufen an der Ideen-Entwicklung zu einer Überprüfung der Leistungsgrundlagen auf dem Eis mitgewirkt haben. In der Saison 2021-2022 wurde die praktische Umsetzung der so entstandenen „Talentparcours" innerhalb eines Pilotprojektes in Zusammenarbeit mit den Landeseissportverbänden und der DEU erprobt. Während des Pilotprojekts wurde sowohl die Anwendbarkeit der Parcours als auch die Durchführungsrichtlinien zu dieser Sichtungsmaßnahme überprüft. Die Evaluation des Pilotprojekts erfolgte mit Unterstützung des Instituts für angewandte Trainingswissenschaft (IAT) und der Bundestrainerin Wissenschaft der DEU. Ende der Saison 2021-2022 wurde das Pilotprojekt evaluiertDie Umsetzung der Überprüfung der Leistungsgrundlagen ist gemäß Richtlinien des DOSB ab dem Jahr 2023 verbindlich.

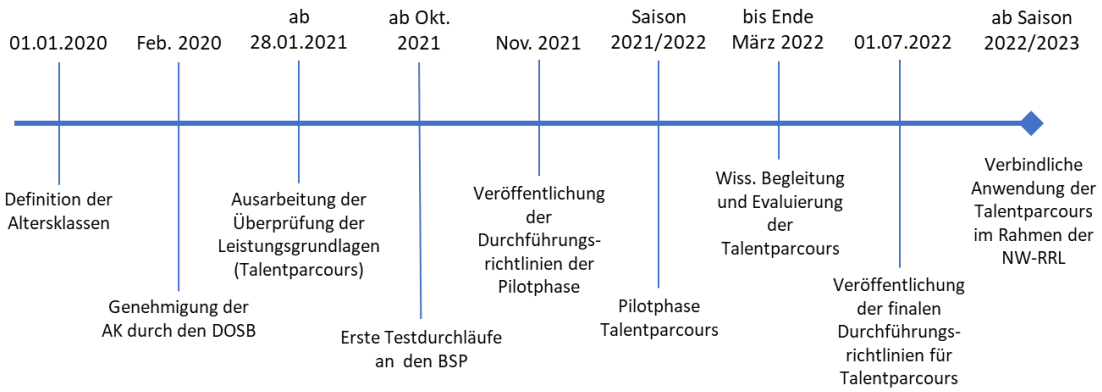


Abbildung 1: Zeitschiene und Meilensteine zur Umsetzung der Überprüfung der Leistungsgrundlagen im Rahmen der Nachwuchs-Rahmenrichtlinien

Die Stationen des Parcours werden vor Ort am Vorabend des Sichtungstags einzeln nach a, b oder c ausgelost und von dem Organisationsteam aufgebaut (siehe Anlagen).

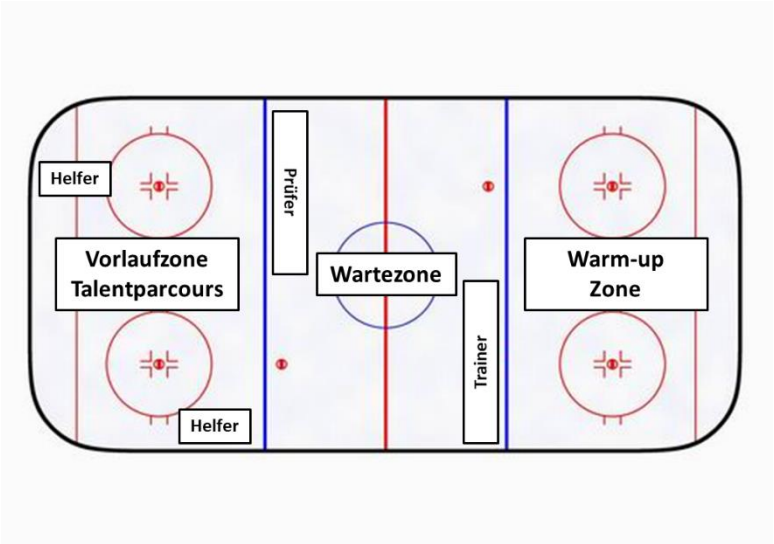


Abbildung 2: Schematische Zeichnung von Parcours und Warm-Up Parcours auf dem Eis

2.2 Materialliste

Parcours Grundausstattung

- 4 Klemmbretter, Stifte
- Bewertungsbögen für alle Altersklassen (siehe Anhang II)
- Marker für Start- Ziellinie und Hockeystopp Begrenzung*
- Je 20 Hütchen* in zwei unterschiedlichen Farben für Einlaufparcours und Sichtungsparcours
- Je 20 kleine Hütchen* für die Bullykreise für Einlauf- und Sichtungsparcours
- Stoppuhr
- 1 Auslosungssäckchen mit bspw. nummerierten Kugeln/Chips
- Musikanlage

Talentparcours AK 4-6

- Je 2 Hürden ca. 60 cm hoch* für Einlaufparcours und Sichtungsparcours
- Je 2 Hindernisse ca. 10 cm hoch* für Einlaufparcours und Sichtungsparcours
- Stoppuhren

Talentparcours AK 7-8

- Je 12 Eishockeypucks für Einlaufparcours und Sichtungsparcours

Talentparcours AK 9

- Je 1 Eishockeypuck für Einlaufparcours und Sichtungsparcours
- Je 16 Pylonen (ca. 25 cm hoch) für Einlaufparcours und Sichtungsparcours

**Siehe Beispielfotos im Anhang III*

3. Sichtungsteam

- Nachwuchs-Bundestrainer
- Landestrainer und/oder OSP-/Stützpunkttrainer

- Ein ortsansässiger Vereins- oder Stützpunkttrainer, der ausgelost wird oder ein zertifizierter Talentetrainer des jeweiligen LEV
- Ein Tanzpädagoge bzw. vom ausrichtenden Bundesstützpunkt (nur für AK 9 Kreativ-Kür)

Mindestens zwei Mitglieder des Sichtungsteams übernehmen die Zeitmessung.

Es wird empfohlen, dass ein Mitglied des Sichtungsteams als Technischer Spezialist (national) zertifiziert ist.

4. Helferteam

1-2 Personen, die das Warm-Up betreuen

1-2 Personen, die beim Auf- und Abbau der Parcours helfen

1 Person, zur Bedienung der Musikanlage und zur Ansage der Startreihenfolgen (Kreativ-Kür)

5. Ablauf

Die Startreihenfolge für die Parcours und die Kreativ-Kür wird am Vortag ausgelost.

Vor Beginn des Warm-Ups werden die ausgelosten Parcours für alle Teilnehmer durch das Sichtungsteam demonstriert.

5.1 Einlaufen (Warm-Up)

Eingelaufen wird bei allen Parcours nach folgendem Prinzip:

In der Warm-up Zone laufen die ersten drei Sportler für fünf (5) Minuten ein und bei Aufruf eines Läufers zum Vorlaufen, rückt gem. Startreihenfolge der nächste Starter in den Einlaufparcours nach.

5.2 Vorlaufen

Jeder Sportler läuft den Parcours zweimal hintereinander. Die Pause zwischen dem ersten und dem zweiten Durchgang beträgt max. 30 Sekunden.

Der beste Durchgang geht in die Wertung ein. Der Start erfolgt mit einer Hand an der Bande (vgl. Anlage I).

6. Parcours-Wertung und Ergebnisermittlung

Zeitergebnis: Die Platzierungen werden nach den Durchlaufzeiten inklusive Malus- und Bonuszeiten vergeben. Der Starter mit der schnellsten Zeit gewinnt, der Zweitschnellste wird Zweiter usw.

Bonuszeiten *(Nur AK 4-6)*	- 2 sec	bei einer Kanone/Pistole anstatt einer Hocke (Station 8), über mindestens der Hälfte der angegebenen Strecke
Maluszeiten:	+ 5 sec	beim Verwechseln der Übung an der betreffenden Station (maximal einmal + 5 sec Malus pro Element)
	+ 2 sec	bei nicht korrekter Ausführung*
	+ 2 sec	beim Laufen eines falschen Weges oder zu spät begonnener Übung
	+ 2 sec	beim Wegschieben der Hindernisse und Begrenzungen

**Hocke, Kanone, Flieger, Hydroblader müssen den ISU Richtlinien für Sitz- und Waageposition entsprechen*

<u>Hinweis zu den Talentparcours:</u>

Bei Sturz wird der Parcours dort fortgesetzt, wo der Sportler gestürzt ist

<u>Hinweis zur Talentparcours AK 9, Station 5a und 7a:</u>

Beim Verlieren des Pucks wird der Parcours an der Stelle fortgesetzt, an der der Puck die Schlittschuhkufe verlassen hat.

Die Bewertungsbögen zu den Parcours 1, 2 und 3 befinden sich im Anhang II

7. Kreativ-Kür (nur für AK 9)

Die Kreativ-Kür wird im Anschluss an die Parcours gelaufen. Sie beinhaltet drei vorgegebene technische Elemente (s.u.), die auf eine am Sichtungstag ausgeloste Musik aus fünf festgelegten Genres präsentiert wird. Beurteilt werden Rhythmus und Taktgefühl und die Originalität/Kreativität der gezeigten Bewegungen sowie die Stimmigkeit der Darbietung zum Charakter der Musik.

Dauer: max. 2:00 min

7.1 Technische Elemente:

- Sprung-Kombination/Sequenz mit 1fach Axel (1A)
- Pirouette freiwählbar (maximale Level 2)
- Schrittfolge mit. 2 verschiedenen „nicht gelisteten Sprüngen" und Verbindungselementen
- Die Reihenfolge der Elemente ist frei wählbar
- In den Verbindungselementen müssen Spiralen oder Monde oder Hydro-Blading Elemente enthalten sein.

7.2 Auswahl der Musik und Startreihenfolge

Die Nachwuchsleistungssportkommission hat eine Vorauswahl von Musikstücken aus fünf Genres (s.u.) beschlossen, sodass aus einer Gesamtauswahl von 21 Musiken ausgelost werden kann. Alle Musiken müssen bei der GEMA gelistet sein. Die Auslosung des vorzutragenden Musikstücks pro Sportler erfolgt zusammen mit der Auslosung der Parcours-Varianten am Vortag. Die Startreihenfolge für die Kreativ-Kür entspricht der Startreihenfolge des Parcours.

Musik-Genres:

- Lateinamerikanisch/Spanisch
- Musicals
- Pop
- Klassik
- Filmmusiken

7.3 Bewertung und Beurteilungskriterien der Kreativ-Kür

Zusätzlich zum Sichtungsteam der Parcours wird empfohlen, einen Tanzpädagogen (z.B. vom Stützpunkt) zur Beurteilung der künstlerischen Darbietung hinzuzuziehen.

<u>Bewertungskriterien der künstlerischen Darbietung</u>

Stil/Charakter der Musik

Rhythmus und Taktgefühl

Kreativität/Originalität der gezeigten Bewegungen

Beurteilungsskala 0-5

0= Nicht feststellbar/nicht vorhanden

1= In Ansätzen vorhanden

2= Teilweise vorhanden/ausgeprägt

3= Durchschnittl. ausgeprägt (dem Alter entsprechend)

4= Gute Ausprägung

5= Sehr gute Ausprägung

Bewertungsskala technische Elemente:

0	1	2
Nicht gezeigt oder Sturz	Element mit Abzügen oder nicht erfülltem Level (<, <<, V)	Element erfüllt

Ergebnisermittlung Kreativ-Kür

Die Summe der aus den technischen Elementen und der künstlerischen Darbietung erzielten Punkte ergibt die Gesamtpunktzahl. Bei Gleichstand der Gesamtpunktzahl zählt die Punktzahl der künstlerischen Darbietung.

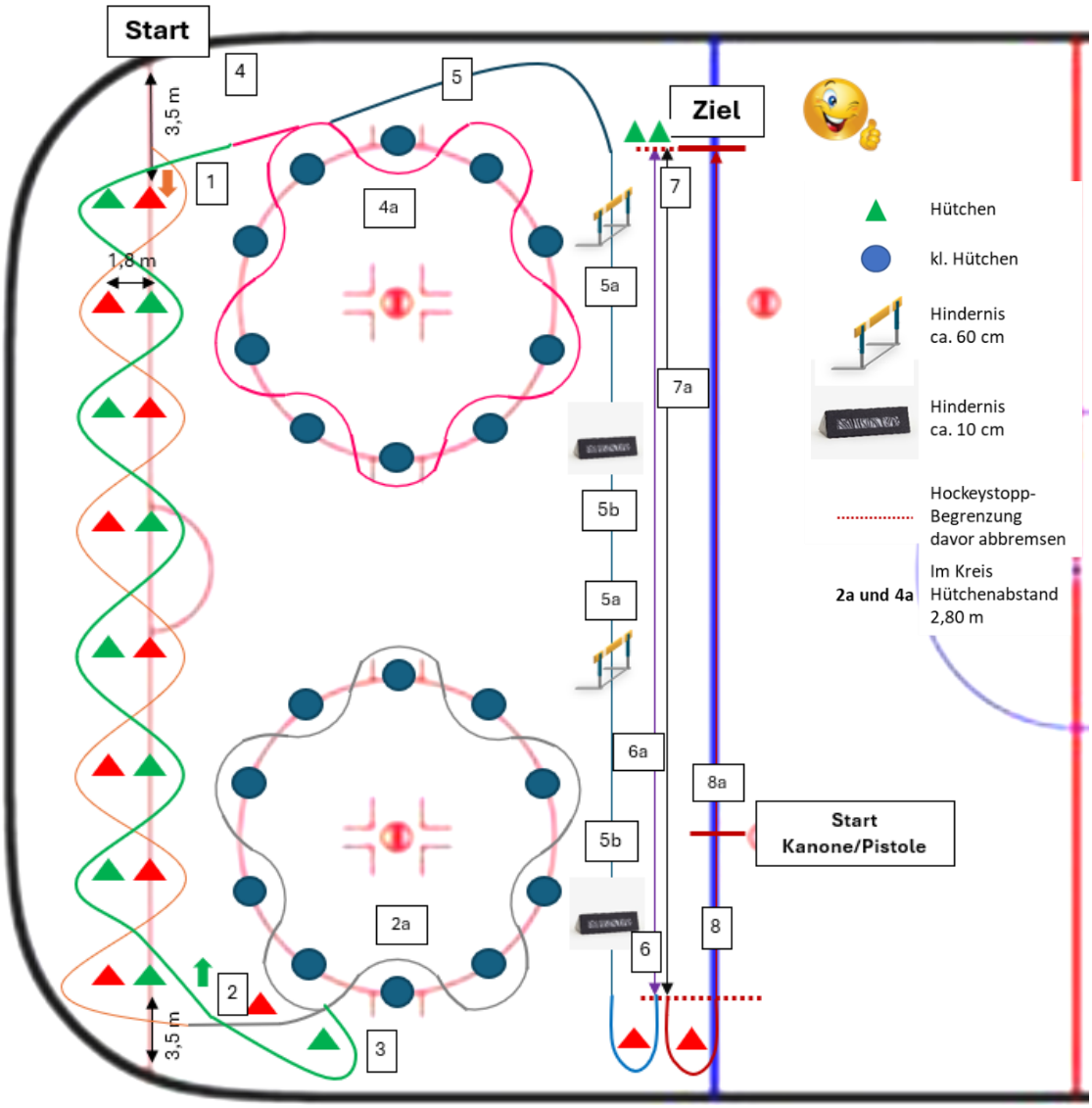
8. Ermittlung des Gesamtergebnisses und Ergebnisübermittlung

Die Gesamtwertung ergibt sich aus der Platzierung der Parcours und der Platzierung der Kreativ-Kür.

(z.B. 1. Platz Parcours und 3. Platz Kreativ-Kür ergibt 4 Punkte, der Sportler mit der geringsten Punktanzahl führt die Rangliste an)

Nach Ende der Sichtungsmaßnahme sollen die Ergebnisse innerhalb von 3 Tagen an die DEU (philipp.luckhaupt@eislauf-union.de) zur Evaluation übermittelt werden. Die DEU wird eine bundesweite Gesamtauswertung vornehmen.

Anlage I Talentparcours 1-3 Aufbau und Beschreibung
Talentparcours AK 4-6



vw = vorwärts
rw = rückwärts

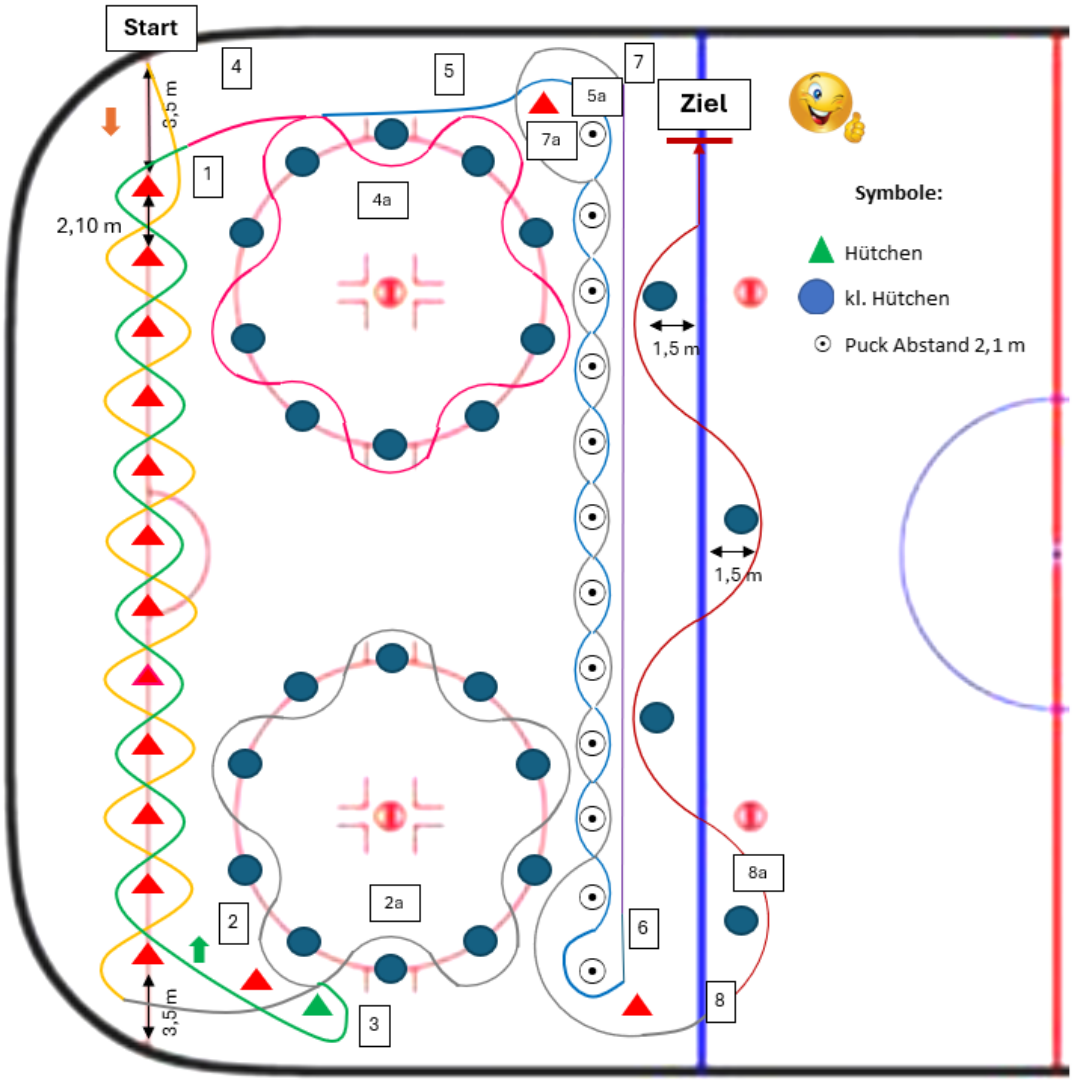
li = links
re = rechts

e = einwärts
a = auswärts

bb = beidbeinig
eb = einbeinig

1		**vw**	Cross Rolls	1a	immer Außenkante !
2		**vw**	Anlauf dann li ve Bogen > re vw e Bogen, Wiederholungen	2a	abwechselnd li + re vw e Bögen
3		**rw**	Slalom li + re Blickrichtung !		
4		**vw**	Anlauf dann re ve Bogen > li ve Bogen, Wiederholungen	4a	abwechselnd re + li vw e Bögen
5		**vw**	Anlauf für Rutsch- und Sprungbahn	5a 5b	Hocke/Bauch Höhe ca. 60 cm Sprung Hindernis ca 10 cm hoch
6		**vw**	Bremsen, Hockeystopp bb li	6a	Bremsen, Hockeystopp bb li
7		**vw**	Bremsen, Hockeystopp bb re	7a	Bremsen, Hockeystopp bb re
8		vw	Anlauf zur Hocke bb	8a	Kanone/Pistole eb BONUS

Talentparcours AK 7-8



vw = vorwärts
rw = rückwärts

li = links
re = rechts

e = einwärts
a = auswärts

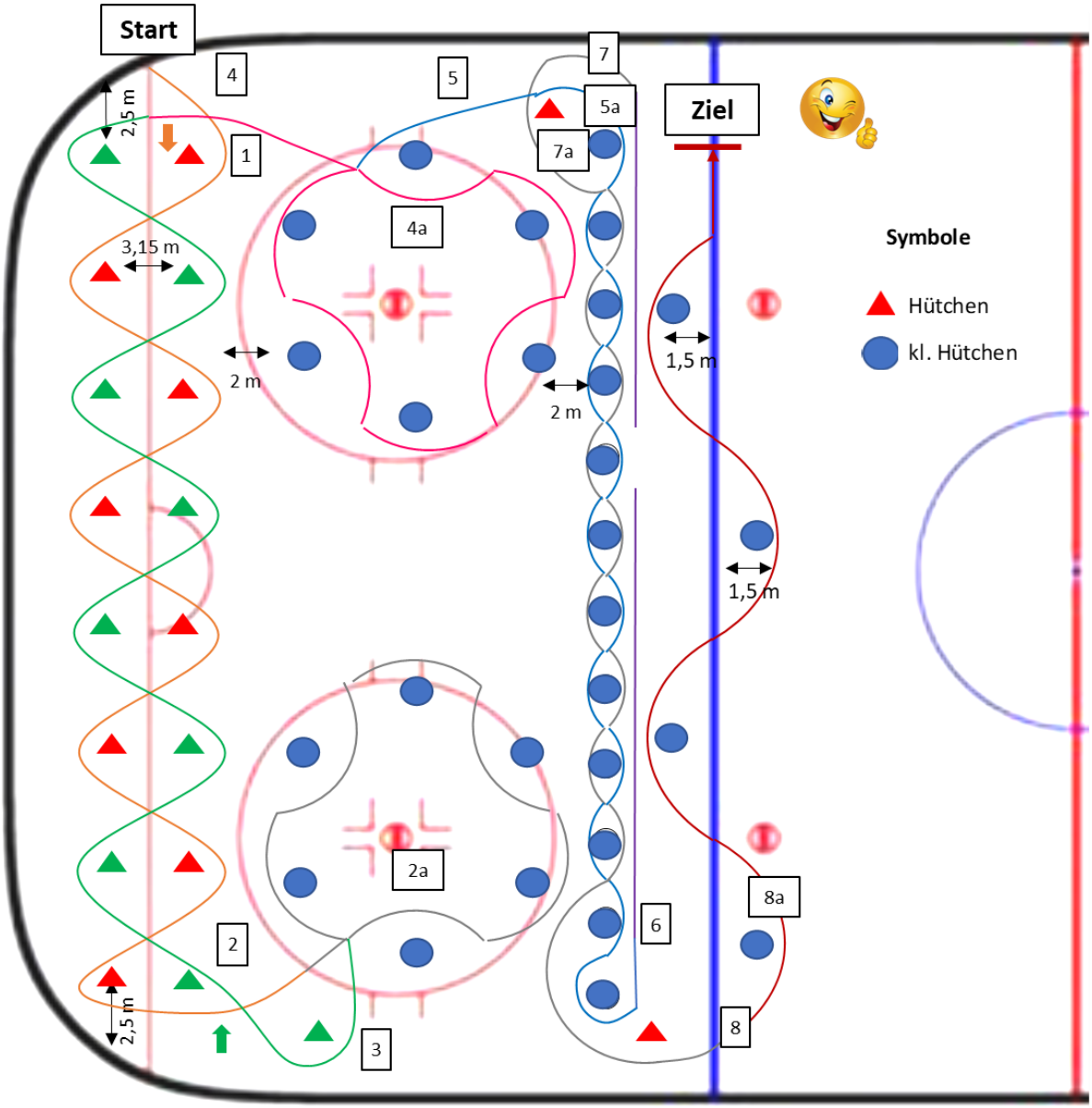
bb = beidbeinig
DD = Doppeldreier

ee = Einwärts/einwärts
aa = Auswärts/auswärts

1		**vw + rw**	bb Sprünge über d. Torauslinie Drehung wie Kurve vw > rw und rw > vw gespr. Wenden mit zwei Schlangenbögen zwischen Sprüngen	1a	Rechtskurve = immer nach re. drehen
2		**vw / DD**	ee Anlauf dann - li vw e Bogen > re vw e DD, Wiederholung aa Anlauf dann - re vw a Bogen > li vw a DD, Wiederholung	2a	li vw e Bogen > re vw e DD, Wiederholung re vw a Bogen > li vw a DD, Wiederholung
3		**vw + rw**	bb Sprünge über d. Torauslinie Drehung wie Kurve vw > rw und rw > vw gespr. Wenden	3a	Linkskurve = immer nach li. drehen
4		**vw / DD**	ee Anlauf dann - li vw e Bogen > re vw e DD, Wiederholung aa Anlauf dann - re vw a Bogen > li vw a DD, Wiederholung	4a	li vw e Bogen > re vw e DD, Wiederholung re vw a Bogen > li vw a DD, Wiederholung
5		**vw**	Anlauf für Einbeinslalom re a	5a	Einbeinslalom rechts; ohne Absetzen
6		**rw**	schnelles Rückwärtslaufen	6a	Ausführung egal
7		**vw**	Anlauf für Einbeinslalom li a	7a	Einbein Slalom links; ohne Absetzen
8		**rw**	Ausfaller so tief wie Kanone > Hydroblade (Ausfaller nicht tief genug MALUS für falsche Ausführung!!!!!)	8a	re und li abwechselnd mit Übersetzen

Station 2 und 4 wird vor Ort ausgelost (entweder ee, oder aa, bei beiden Stationen gleich)

Talentparcours AK 9



Talentparcours AK 9

LEGENDE

Parcours Legende für AK 9 Jahre

vw = vorwärts	li = links	e = einwärts	bb = beinbeinig	ÜB = Übersetzer
rw = rückwärts	re = rechts	a = auswärts	eb = einbeinig	

Station 1

- **a** vw Slalom mit 1/2 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel
- **b** rw Slalom mit 1/2 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel
- **c** vw a Dreier 2x rw übersetzen 1 Kreis um die Pylone li und re im Wechsel

Station 2

- **a** rw beidbeiniger Drehsprung li
- **b** rw ½ Drehung in den Kreis springen und wieder ½ Drehung in den Kreis zurückspringen (2x hintereinander)
- **c** rw Übersetzen mit dreimal Zacke nach außen drehen überkreuzen – beide Seiten im Wechsel

Station 3

- **a** vw Slalom mit 1 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel
- **b** rw Slalom mit 1 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel
- **c** vw a Dreier 2x rw übersetzen 1 Kreis um die Pylone li und re im Wechsel

Station 4

- **a** rw beidbeiniger Drehsprung re
- **b** rw ½ Drehung in den Kreis springen und wieder ½ Drehung in den Kreis zurückspringen (2x hintereinander)
- **c** rw Übersetzen mit dreimal Zacke nach außen drehen überkreuzen – beide Seiten im Wechsel

Station 5

- **a** einbeiniger vw Slalom li um die Hütchen mit re Schlittschuhzacke auf dem Puck (nur Hinweg mit und Rückweg ohne Puck)
- **b** vw Schlangenbögen li gesprungen über die gesamte Strecke
- **c** vw e Ina Bauer Mond li und re im Wechsel. Beim Richtungsänderung eine Drehung auf zwei Beinen in den Kreis (jede Seite 3x)

Station 6

- **a** vw a Dreier – Ausfaller- ew Walley- beidseitig
- **b** schnelle rw a Choctows li und re im Wechsel mit vorne überkreuzen (vor oder nach überkreuzen Schlangenbogen zum Wechsel) Übung auf blauer Linie, Beginn Höhe 1. Puck
- **c** vw e Twizzle li und re im Wechsel mit Ausfaller

Station 7

- **a** einbeiniger vw Slalom re um die Hütchen mit li Schlittschuhzacke auf dem Puck (nur Hinweg mit und Rückweg ohne Puck)
- **b** vw Schlangenbögen re gesprungen
- **c** vw e Mond (gebeugte Beine) jedes 2. Hütchen – bb Sprung ganze Drehung- vw e Mond (gebeugte Beine) jedes 2. Hütchen – Richtungswechsel

Station 8

- **a** rw Abstoß rw a Kanone
- **b** vw a Flieger li und re im Wechsel
- **c** rw ÜS Euler, eb Hüpfer, rw ÜS- rw Schlangenbogen-Euler eb Hüpfer, rw ÜS-rw Schlangenbogen Euler eb Hüpfer- li und re im Wechsel

Talentparcours AK 9

LEGENDE

Parcours Legende für AK 9 Jahre

vw = vorwärts	li = links	e = einwärts	bb = beinbeinig	ÜB = Übersetzer
rw = rückwärts	re = rechts	a = auswärts	eb = einbeinig	

Station 1

- **a** vw Slalom mit 1/2 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel
- **b** rw Slalom mit 1/2 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel
- **c** vw a Dreier 2x rw übersetzen 1 Kreis um die Pylone li und re im Wechsel

Station 2

- **a** rw beidbeiniger Drehsprung li
- **b** rw ½ Drehung in den Kreis springen und wieder ½ Drehung in den Kreis zurückspringen (2x hintereinander)
- **c** rw Übersetzen mit dreimal Zacke nach außen drehen überkreuzen – beide Seiten im Wechsel

Station 3

- **a** vw Slalom mit 1 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel
- **b** rw Slalom mit 1 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel
- **c** vw a Dreier 2x rw übersetzen 1 Kreis um die Pylone li und re im Wechsel

Station 4

- **a** rw beidbeiniger Drehsprung re
- **b** rw ½ Drehung in den Kreis springen und wieder ½ Drehung in den Kreis zurückspringen (2x hintereinander)
- **c** rw Übersetzen mit dreimal Zacke nach außen drehen überkreuzen – beide Seiten im Wechsel

Station 5

- **a** einbeiniger vw Slalom li um die Hütchen mit re Schlittschuhzacke auf dem Puck (nur Hinweg mit und Rückweg ohne Puck)
- **b** vw Schlangenbögen li gesprungen über die gesamte Strecke
- **c** vw e Ina Bauer Mond li und re im Wechsel. Beim Richtungsänderung eine Drehung auf zwei Beinen in den Kreis (jede Seite 3x)

Station 6

- **a** vw a Dreier – Ausfaller- ew Walley- beidseitig
- **b** schnelle rw a Choctows li und re im Wechsel mit vorne überkreuzen (vor oder nach überkreuzen Schlangenbogen zum Wechsel) Übung auf blauer Linie, Beginn Höhe 1. Puck
- **c** vw e Twizzle li und re im Wechsel mit Ausfaller

Station 7

- **a** einbeiniger vw Slalom re um die Hütchen mit li Schlittschuhzacke auf dem Puck (nur Hinweg mit und Rückweg ohne Puck)
- **b** vw Schlangenbögen re gesprungen
- **c** vw e Mond (gebeugte Beine) jedes 2. Hütchen – bb Sprung ganze Drehung- vw e Mond (gebeugte Beine) jedes 2. Hütchen – Richtungswechsel

Station 8

- **a** rw Abstoß rw a Kanone
- **b** vw a Flieger li und re im Wechsel
- **c** rw ÜS Euler, eb Hüpfer, rw ÜS- rw Schlangenbogen-Euler eb Hüpfer, rw ÜS-rw Schlangenbogen Euler eb Hüpfer- li und re im Wechsel

Bewertungsbogen Parcours 1 (AK 4-6)

Maluszeiten:
(Zeit wird addiert)

Verwechseln der Übung an der betreffenden Station	5 Sekunden
Laufen eines falschen Weges/ zu spät begonnener Übung	2 Sekunden
bei nicht korrekter Ausführung	2 Sekunden
Hindernisse und Begrenzungen wegschieben	2 Sekunden

Bonuszeiten:
(Zeit wird subtrahiert)

Kanone/Pistole (Station 8) min. Hälfte der Strecke	2 Sekunden

Ort, Datum:

Startnr.	Name, Vorname	Station								Parcourszeit	Malus/Bonus Gesamt	Gesamtzeit
		1	2	3	4	5	6	7	8			

1.	vw Cross Rolls- immer Aussenkante	**3.**	Slalom li + re - Blickrichtung!	**5.**	Anlauf für Rutsch- und Sprungbahn: Hocke durch 60cm Hindernis Sprung über 20cm Hindernis, je 2x im Wechsel	**7.**	Anlauf, Bremsen Hockeystopp bb re
2.	Anlauf, um den Kreis li + re ve Bögen im Wechsel	**4.**	Anlauf, um den Kreis li + re va Bögen im Wechsel	**6.**	Anlauf, Bremsen Hockeystopp bb li	**8.**	Anlauf Hocke bb Bonus für Kanone/Pistole eb

Bewertungsbogen Parcours 2 (AK 7-8)

Maluszeiten:
(Zeit wird addiert)

Verwechseln der Übung an der betreffenden Station	5 Sekunden
Laufen eines falschen Weges/ zu spät begonnener Übung	2 Sekunden
bei nicht korrekter Ausführung	2 Sekunden
Hindernisse und Begrenzungen wegschieben	2 Sekunden

Ort, Datum:

Startnr.	Name, Vorname	Station										Parcourszeit	Malus Gesamt	Gesamtzeit
		1	2a	2b	3	4a	4b	5	6	7	8			

1.	Sprünge über d. Torauslinie Drehung wie Kurve vw > rw und rw>vw gesprungenen Wenden rechte Kurve immer nach rechts drehen	**2b.**	Anlauf dann - re va Bogen -DD li va mind .5 Wiederholungen DD immer aus dem Kreis	**4a.**	Anlauf dann - re ve Bogen - DD li ve mind.5 Wiederholungen DD immer aus dem Kreis	**5.**	Einbeinslalom re auswärts beginnend, ohne abzusetzen	**7.**	Einbeinslalom li auswärts beginnend, ohne abzusetzen
2a.	Anlauf dann - l ve Bogen- DD r ve mind. 5 Wiederholungen DD immer aus dem Kreis	**3.**	Sprünge über d. Torauslinie Drehung wie Kurve vw > rw und rw>vw gesprungenen Wenden linke Kurve immer nach links drehen	**4b.**	vw e Twizzle li+re im Wechsel mit Ausfaller DD immer aus dem Kreis	**6.**	schnelles rückwärts laufen	**8.**	Ausfallschritt abwechseln li+re mit ÜS tief wie Kanone oder Hydroblader

Bewertungsbogen Parcours 3a (AK 9)

Maluszeiten:
(Zeit wird addiert)

Verwechseln der Übung an der betreffenden Station	5 Sekunden
Laufen eines falschen Weges/ zu spät begonnener Übung	2 Sekunden
bei nicht korrekter Ausführung	2 Sekunden
Hindernisse und Begrenzungen wegschieben	2 Sekunden

Ort, Datum:

Startnr.	Name, Vorname	Station								Parcourszeit	Malus Gesamt	Gesamtzeit
		1a	2a	3a	4a	5a	6a	7a	8a			

1.	vw Slalom mit 1/2 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel	**3.**	vw Slalom mit 1 Kreis beidbeinig um Hütchen mit Berührung der Pylone li und re im Wechsel	**5.**	inbeiniger vw Slalom li um die Hütchen mit re Schlittschuhzacke auf dem Puck (nur Hinweg mit und Rückweg ohne Puck)	**7.**	einbeiniger vw Slalom re um die Hütchen mit li Schlittschuhzacke auf dem Puck (nur Hinweg mit und Rückweg ohne Puck)
2.	rw übersetzenm beidbeiniger Drehssprung links	**4.**	rw übersetzen beidbeiniger Drehssprung rechts	**6.**	vw a Dreier-Ausfaller-ew Valley beidseitig	**8.**	rw Abstoß rw a Kanone

Bewertungsbogen Parcours 3b (AK 9)

Maluszeiten:
(Zeit wird addiert)

Verwechseln der Übung an der betreffenden Station	5 Sekunden
Laufen eines falschen Weges/ zu spät begonnener Übung	2 Sekunden
bei nicht korrekter Ausführung	2 Sekunden
Hindernisse und Begrenzungen wegschieben	2 Sekunden

Ort, Datum:

Startnr.	Name, Vorname	Station								Parcourszeit	Malus Gesamt	Gesamtzeit
		1b	2b	3b	4b	5b	6b	7b	8b			

1.	rw Slalom mit 1/2 Kreis beidbeinig um die Hütchen mit Berühren der Pylone li und re im Wechsel	**3.**	rw Slalom mit 1 Kreis beidbeinig um Hütchen mit Berührung der Pylone li und re im Wechsel	**5.**	vw Schlangenbögen li gesprungen über die gesamte Strecke	**7.**	vw Schlangenbögen re gesprungen
2.	rw ½ Drehung in den Kreis springen und wieder ½ Drehung in den Kreis zurückspringen (2x hintereinander)	**4.**	rw ½ Drehung in den Kreis springen und wieder ½ Drehung in den Kreis zurückspringen (2x hintereinander)	**6.**	schnelle rw a Choctows li und re im Wechsel mit vorne überkreuzen (vor oder nach überkreuzen Schlangenbogen zum Wechsel) Übung auf blauer Linie, Beginn Höhe 1. Puck	**8.**	vw a Flieger li+re im Wechsel

Bewertungsbogen Parcours 3c (AK 9)

Maluszeiten:
(Zeit wird addiert)

Verwechseln der Übung an der betreffenden Station	5 Sekunden
Laufen eines falschen Weges/ zu spät begonnener Übung	2 Sekunden
bei nicht korrekter Ausführung	2 Sekunden
Hindernisse und Begrenzungen wegschieben	2 Sekunden

Ort, Datum:

Startnr.	Name	Station								Parcourszeit	Malus Gesamt	Gesamtzeit
		1c	2c	3c	4c	5c	6c	7c	8c			

1.	vw a Dreier 2x rw übersetzen 1 Kreis um die Pylone li und re im Wechsel	**3.**	vw a Dreier 2x rw übersetzen 1 Kreis um die Pylone li und re im Wechsel	**5.**	vw e Ina Bauer Mond li und re im Wechsel. Beim Richtungsänderung eine Drehung auf zwei Beinen in den Kreis (jede Seite 3x)	**7.**	vw e Mond (gebeugte Beine) jedes 2. Hütchen – bb Sprung ganze Drehung- vw e Mond (gebeugte Beine) jedes 2. Hütchen – Richtungswechsel
2.	rw übersetzen mit 3x Zacke nach aussen drehen überkreuzen, beide Seiten im Wechsel	**4.**	rw übersetzen mit 3x Zacke nach aussen drehen überkreuzen, beide Seiten im Wechsel	**6.**	vw e Twizzle li+re im Wechsel mit Ausfaller	**8.**	rw ÜS-Euler-Einbeinhüpfer-rw ÜS-rw Schlangenbogen-Euler-Einbeinhüpfer - rw ÜS - rw Schlangenbogen-Euler-Einbeinhüpfer, li+re im Wechsel

Bewertungsbogen Kreativ-Kür (AK 9)

0 Punkte nicht gezeigt/ Sturz	1Punkt Element mit Abzug <,<<, Level n.erf.	2 Punkte Element erfüllt	Max. 8 Punkte

Ort, Datum:

Startnr.	Name	Technische Elemente						Gesamtpunktzahl
		SK mit 1A	Pirouette L2	StSq (2 nicht gelistete Sprünge)		Verbindungselemente Mond, Spirale, Hydroblading		

0 Punkte nicht festgestellt/vorhanden	**1 Punkt** schwach in Ansätzen	**2 Punkte** teilweise erkennbar	Max. 15 Punkte
3 Punkte durchschnittlich ausgeprägt	**4 Punkte** gut ausgeprägt	**5 Punkte** hervorragend, sehr gut ausgeprägt	

Startnr.	Name	Bewertungskriterien der künstlerischen Darbietung			Gesamtpunktzahl
		Stil/ Charakter der Musik	Rhythmus/ Taktgefühl	Kreativität/ Orginalität	

Gesamtergebnis Parcours+Kreativ-Kür AK (9)

Ort, Datum:

Platz	Name	Parcours Zeit	Parcours Platzierung	Kreativ-Kür Gesamtpunkte	Kreativ-Kür Platzierung
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					

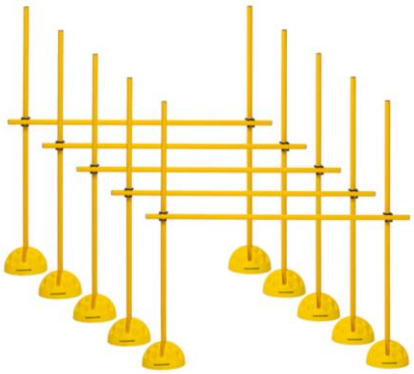
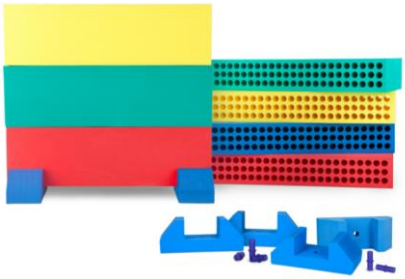
Materialvorschlagsliste

1. Pylonen für Start- und Ziellinie

2. Pylonen / Hütchen für die 1. Gerade

3. Hütchen für Bully Kreise

4. Hürden für Parcours 1 – 60 cm hoch



5. Hindernisse für Parcours 1 ca. 20 cm