

RECK				
	Nationales Element (NE) = 0,0 Pkt. LK 1: NE erfüllt <b>nicht</b> EG LK 2+3 : NE erfüllt EG	häufige A-Teile (Wert: 0,2)	häufige B-Teile (Wert:0,4)	häufige C-Teile: (Wert: 0,6)
EG I	Stemmaufschwung rw. in den Stütz (auch mit Umspringen)	Stemme rückw. i.d. Handstand m. 1/2 Dr.	Riesenumschw. vorw. m. 1/1 Dr. i. Zwgr.	Riesenumschw.vorw.m.1/1 Dr. i.Ellgr.
	Vorschung mit 1/2 Dr. (gesprungen)	Riesenumschwung vorwärts	Riesenumschw. rückw. gesprungen	
	Umspringen aus dem Vor- oder Rückschwung	Riesen vorw. mit 1/2 Drehung	Riesenumschw. rückw.m. 1/2 Dr, i.Ellgr.	Riesenumschw. rückw. gespr. mit 1/1 Dr.
		Riesenumschwung rückwärts	Ellgriff-Riesenumschwung	
		Riesen rückw. mit 1/2 Drehung		
EG II	Kippaufschwung mit Überkehren i.d. Hang		Stemme rückw. u. Bücke m. 1/2 Dr.i d. Hang (Voronin)	Markelov gegrätscht
			Stemme rückw. u. Kehre m. 1/4Dr.i d. Hang	Tkatchev, Jägersalto
EG III	Kippaufschwung i.d. Stütz	Kippe in d. Handstand o. Handstd. m.1/2Dr.	Handstd. , Felge vorw. i.d. Hstd.(Weiler)	
	Fallkippe i.d. Stütz		Endo	
	Kippaufschwung gespreizt	Freier Felgumschwung in den Handstd.	Endo mit 1/2 Dr.	Endo m.1/1 Dr. i.d. Zwiegriff
	Kippaufschwung rücklings vw./rw.		Stalder	
	Kippumschwung rücklings vw./rw. (auch gegr.)	Umschwung vorw. m. Rückgrätschen i. d. Hang (auch aus d. Kippe)	Stalder m. 1/2 Dr.	Stalder m. 1/2 Dr. i.d. Zwiegriff
	freier Felgumschwung rückw. (waagrecht)			
	Hüftumschwung rückwärts			
	Hüftumschwung vorwärts	Überschlag rückl. rückw. i.d. Hang rückl.		Adler durch d. Handstand
	Felgabschwung (aufgegr., aufgeb. o. frei) m. 1/2 Dr. z. Vorschung			
	Hüftaufzug, Aufschwung o. Riesenfelgaufschwung i.d. Stütz			
Vorschung im Hang rl., 1/2 Dr. i.d. Hang oder Stütz				
Felgab-,oder aufschwung, Umspringen i.d. Ellgriff und Stemmaufschwung rückwärts				
EG IV	Hocke, Bücke oder Grätsche	Hecht (auch m. 1/2 Dr.)	Doppelsalto rückw. geh. o. geb.	Doppelsalto rückw. gestreckt
	Felgabschwung (aufgegr., aufgeb. o. frei), auch m. 1/2 Dr. o. Salto vw.	Salto vorw. geb.o.gestr.(auch m. 1/2 Dr.)		Doppelsalto vorw. geh.o.geb. (auch m. 1/2 Dr.)
	Salto vw. geh.(auch mit 1/2 Drehung)		Salto vorw. m. 1/1 o.3/2 Dr.	Salto vorw. m. 2/1 o.5/2 Dr.
	Salto rw. geh. (auch mit 1/2 Drehung)	Salto rückw. geb.o.gestr.(auch m. 1/2 oder 1/1 Dr.)	Salto rückw. m. 3/2 o.2/1 Dr.	Tsukahara