

Arbeitshilfen

für Turner | Trainer | Kampfrichter

Kür modifiziert – LK 1 bis 4

Gerätturnen männlich

Herausgeber: DTB Technisches Komitee Gerätturnen
Breitensportausschuss männlich

Version: 1

Gültig ab: 01.01.2026

Impressum

Angaben für die Inhalte zum Impressum:

Arbeitshilfen
Kür modifiziert – LK 1 bis 4

Gesamtleitung: Technisches Komitee Gerätturnen

Erarbeitung der Beiträge: Ausschüsse Breitensport männlich und Kampfrichter

Leitung der Arbeitsgruppe: Matthias Hänel

Mitglieder der Arbeitsgruppe:
Matthias Hänel
Kirstin Schöneberg
Manfred Knigge
Markus Simon
Wilfried Thorissen

Terminologische Überarbeitung: Dr. Flavio Bessi

Die terminologische Überarbeitung erfolgte auf der Grundlage von Arnold und Leirich¹. Konventionalausdrücke (HallenSprache) werden in Klammern gesetzt.

Dort, wo aufgrund geänderter Techniken eine Fortentwicklung dieser in den 1960er-Jahren entstandenen Terminologie notwendig erschien, wurden abweichend dazu aktualisierte Begriffe verwendet.

Abweichende Begriffe werden an mancher Stelle ebenso verwendet, da sich andere Bezeichnungen in der Praxis gegenüber den von der Terminologie vorgeschlagenen Fachtermini durchgesetzt haben. Diese Begriffe sind meistens dem CdP entnommen.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für alle Geschlechter.

¹ Arnold, K. & Leirich, J. (2005). Gerätturnen-Terminologie. Leicht, verständlich, anschaulich (1. Auflage). Ebenhausen: Lochner.

Inhaltsverzeichnis

Impressum	2
Abkürzungsverzeichnis.....	4
Vorwort.....	5
Allgemeine Hinweise	5
1. Die Bewertung der KM.....	6
1.1 Regelungen für die D-Note.....	6
1.1.1. Ermittlung der D-Note	6
1.1.2. Der Schwierigkeitswert und die Anerkennung von Elementen	6
1.1.3. Elementgruppen und Abgänge	7
1.1.4. Übersicht der LK-Stufen	8
1.2 Regelungen für die E-Note.....	9
2. Die Geräte.....	10
2.1 Boden	10
2.2 Pauschenpferd	11
2.3 Ringe	12
2.4 Sprung	12
2.5 Barren.....	13
2.6 Reck	13

Abkürzungsverzeichnis

AK	Altersklasse
CdP	Code de Pointage (Internationale Wertungsvorschriften)
DTB	Deutscher Turner-Bund
EG	Elementgruppe
WG	World Gymnastics
KM	Kür modifiziert
LAD	Längsachsendrehung
LK	Leistungsklasse
LTV	Landesturnverband
nA	neutraler Abzug
NE	Nationale Elemente
P.	Punkt/Punkte
rw	rückwärts
sw	seitwärts
SW	Schwierigkeitswert
TE	Turnerische Elemente
vw	vorwärts

Vorwort

Für das nationale Wettkampfprogramm Kür modifiziert (KM) – Leistungsklasse (LK) 1 bis 4 wurden durch die zuständigen Ausschüsse des Technischen Komitees Gerätturnen (Breitensport männlich und Kampfrichter) die Inhalte sowie die Bewertungsvorschriften überarbeitet bzw. an den gültigen Code de Pointage (CdP) (Zyklus 2025 bis 2028) von World Gymnastics (WG) angepasst.

Der Hauptzweck des Wettkampfprogramms KM ist:

1. Ein objektives Mittel zur Bewertung der Kürübungen auf allen Ebenen regionaler und nationaler Wettkämpfe zur Verfügung zu stellen.
2. Die Bewertung der offiziellen Wettkämpfe der Landesturnverbände (LTV) und des Deutschen Turner-Bundes (DTB) zu standardisieren.
3. Die Ermittlung des besten Turners in jedem Wettkampf sicherzustellen.
4. Die Turner und Trainer bei der Zusammensetzung der Übung zu unterstützen.
5. Die Bereitstellung von technischen Informationen und Regeln, die regelmäßig bei Wettkämpfen von Kampfrichtern, Trainern und Turnern benötigt werden.

Allgemeine Hinweise

Die allgemeinen Hinweise gelten für das Wettkampfprogramm KM. Für alle im Weiteren nicht aufgeführten Regelungen gelten die aktuellen internationalen Wertungsvorschriften des CdP.

Kürübungen werden individuell zusammengestellt und beinhalten Elemente, die mit vollständiger Sicherheit und einem hohen Maß an ästhetischem und technischem Können ausgeführt werden.

Im Wettkampfprogramm KM gelten nachfolgende Leistungsklassen: LK 1, LK 2, LK 3, LK 4.

Die LK 1 ist die anspruchsvollste und schwierigste Wettkampfstufe, sie orientiert sich eng am CdP. Die LK 4 ist hingegen die einfachste und leichteste Wettkampfstufe. Sie ist sowohl für Seniorenturner ab Altersklasse (AK) 60 als auch für „Einsteiger“ in die Kürprogramme erstellt worden.

Gültigkeit der Regelungen

Dieses Kürprogramm gilt für alle nationalen Wettkämpfe im Breitensport in den LK 1 - 4.

Detaillierte Regelungen für Wettkämpfe sind in den jeweiligen Wettkampfausschreibungen ersichtlich.

Bei Elementbeschreibungen gilt immer die schriftliche Formulierung vor der grafischen Darstellung (Text vor Bild).

Bei Unstimmigkeiten zwischen der deutschen und englischen Veröffentlichung des CdP sowie der WG-Newsletter gilt stets die englische Originalfassung.

In regelmäßigen Abständen erfolgen Überprüfungen der Inhalte sowie der Vorschriften. Bei einem Anpassungsbedarf werden die Überarbeitungen zum 01.01. des Jahres veröffentlicht und gültig. Somit werden im laufenden Wettkampfjahr keine Änderungen in der Arbeitshilfe sowie den Tabellen der Nationalen Elemente (NE) vorgenommen.

Änderungen zur Vorgängerversion werden Rot gekennzeichnet.

Werden seitens WG neue Elemente (Wertteile) zugelassen, werden diese unmittelbar mit deren Veröffentlichung in einem Newsletter oder einer neuen Version des CdP auch für die KM gültig.

Veröffentlichung

Die Arbeitshilfe wird neben den NE-Tabellen, dem CdP und weiteren Informationen im Internet unter www.kari-turnen.de und www.dtb.de/geraeturnen/downloads/breitensport veröffentlicht.

1. Die Bewertung der KM

Es werden zwei separate Wertungen, „D“ und „E“, an allen Geräten berechnet.

Das D-Kampfgericht bestimmt die D-Note, den Inhalt einer Übung. Darüber hinaus wird das D-Kampfgericht bei zu kurzen Übungen einen entsprechenden neutralen Abzug (nA) von der Endnote vornehmen.

Das E-Kampfgericht ermittelt die E-Note, die Ausführung der Übung in Bezug auf Ästhetik, Ausführung, Technik und Komposition.

Die Endnote einer Übung wird durch die Addition der D-Note und der E-Note minus nA ermittelt.

1.1 Regelungen für die D-Note

1.1.1. Ermittlung der D-Note

Die D-Note beinhaltet in Addition an allen Geräten außer Sprung:

1. die Schwierigkeitswerte (SW) der in der jeweiligen LK vorgegebenen Anzahl von Elementen, darunter die hochwertigsten Elemente plus den Wert des Abgangs. Wenn der Kampfrichter die hochwertigsten Elemente aus Elementen auswählen muss, die denselben Wert haben, aber zu verschiedenen Elementgruppen (EG) gehören, muss er sie zugunsten des Turners auswählen.
2. den Wert der EG auf Grundlage der zählenden Elemente.

1.1.2. Der Schwierigkeitswert und die Anerkennung von Elementen

Zu den im CdP aufgelisteten Elementen werden NE in gerätspezifischen Tabellen festgelegt. Elemente, die nicht im CdP oder den NE-Tabellen aufgeführt sind, gelten als Elemente ohne SW und werden als Turnerische Elemente (TE) gewertet, sofern sie zum allgemeinen Übungsgut des Gerätturnens gehören. (z.B. Rolle vorwärts (vw), Rolle rückwärts (rw), u.ä.)

Am Boden, Pauschenpferd, Ringe, Barren und Reck gelten folgende SW:

Element LK	TE	NE	A	B	C	D oder höher
LK 1 - 3		0,00	0,20	0,40	0,60	0,80
LK 4	0,00	0,30	0,50	0,70	0,90	1,10

In der LK 1 - 3 erfolgt gegenüber dem CdP eine Wertverdopplung für A-, B-, C- und D-Teile.

In der LK 4 erhalten alle NE- bis D-Teile gegenüber der LK 1 - 3 eine weitere Werterhöhung von 0,30 Punkten (P.). Für höherwertige Elemente werden in allen LK keine weiteren Werterhöhungen vorgenommen.

Die im CdP für Junioren verbotenen Elemente sind auch in der KM in allen AK- und LK nicht zugelassen! Diese Elemente sind im CdP mit einem roten Punkt gekennzeichnet!

Sehr schlecht ausgeführte Elemente werden vom D-Kampfgericht nicht anerkannt und von den E-Kampfrichtern abgezogen.

Als NE in der LK 4 werden auch jene Elemente anerkannt, die unabhängig von ihrer Ausgangs- oder Endlage in erkennbarer technischer Ausführung dargeboten werden.

Dies sind z.B.:

Barren: - Kippe/Oberarmkippe in den Grätsch- oder Außenquersitz
- Stemmaufschwung vw in den Grätschsitz

Reck: - Kippaufschwung gespreizt aus dem Hang oder Stütz
- Kippaufschwung aus dem Lauf (Laufkippe)

Ein Element darf abzugsfrei beliebig oft wiederholt werden. Die Wiederholung des Elements kann aber nicht zum SW beitragen sofern nicht explizit anders aufgeführt.

Spezielle Wiederholungen des CdP finden an allen Geräten keine Anwendung

Anzahl der Elemente an Boden, Pauschenpferd, Ringe, Barren, Reck

Folgende Anzahl an Elementen müssen je LK geturnt werden:

	LK 1	LK 2	LK 3	LK 4 AK 60+ / AK 70+
Anzahl Elemente	7 + Abgang min. NE	6 + Abgang min. NE	5 + Abgang min. NE	5/4 + Abgang min. TE

NE dürfen in allen LK zur Erfüllung der Anzahl der Elemente gezählt werden.

In der LK 4 können zusätzlich auch TE zur Erfüllung der Anzahl der Elemente gewertet werden.

In der KM können beliebig viele Elemente aus einer EG geturnt und für die D-Note gezählt werden.

Werden weniger Elemente geturnt als in der jeweiligen LK 1 - 4 gefordert, wird für jedes fehlende Element ein nA von 1,0 P. vom Endwert vorgenommen.

Sofern kein Abgang (in der LK 1 - 3 min. NE) geturnt wird, oder dieser nicht anerkannt werden kann, fehlt in jedem Fall ein Element (auch wenn zusätzliche andere Elemente geturnt wurden) und es erfolgt ebenfalls ein nA von 1,0 P. (z.B. einfaches Abspringen vom Gerät).

Eine Übung ohne anerkannte Elemente erhält eine Endnote von 0,0 P.

An allen Geräten wird kein Verbindungsbonus vergeben.

Standbonus: Eine Landung im sicheren Stand nach dem Abgang, mindestens A-Teil (am Sprung alle Sprünge) wird mit einem Bonus von 0,1 vom D-Kampfgericht belohnt, außer am Pauschenpferd.

1.1.3. Elementgruppen und Abgänge

EG sind Anforderungen, die der Turner erfüllen muss, um die Bewegungsvielfalt bei der Zusammenstellung einer Übung zu erhöhen.

In der LK 1 - 3 sind die EG mit denen des CdP identisch.

In der LK 4 gibt es keine EG.

Jedes Gerät, außer Boden, hat drei EG, die als I, II, III und eine Abgangsgruppe, die als IV bezeichnet wird. Boden hat vier EG.

Das Erfüllen der EG I - III sowie der EG IV am Boden wird einmalig mit je 0,50 P. vom D-Kampfgericht belohnt. In der LK 1 muss dafür min. ein A-Teil geturnt, in der LK 2 und 3 min. ein NE-Teil geturnt werden, was zu den hochwertigsten Teilen und somit zur Anzahl der Elemente zählt.

Abgänge in der LK 1 - 3 an den Geräten Pauschenpferd, Ringe, Barren und Reck bilden die EG IV. Diese entspricht dem SW des Abgangs.

Es ergibt sich folgende Wertigkeit für die Abgänge der EG IV:

Element	NE	A	B	C	D oder höher
Wert EG IV	0,00	0,20	0,40	0,60	0,80

Jede Übung außer an Boden und Sprung muss mit einem Element aus der Abgangsgruppe enden.

1.1.4. Übersicht der LK-Stufen

	LK 1	LK 2	LK 3	LK 4 AK 60+ / AK 70+
Anzahl Elemente	7 + Abgang min. NE	6 + Abgang min. NE	5 + Abgang min. NE	5/4 + Abgang min. TE
zu kurze Übungen	Abzug pro fehlendem Element oder Abgang: 1,00 Punkte von der Endnote			
Erfüllung EG-Anforderung	min. A-Teil	min. NE-Teil	min. NE-Teil	Keine EG
EG I – III (IV Boden)	0,5	0,5	0,5	-
EG IV Abgang (nicht Boden)	entspricht dem Schwierigkeitswert des Abgangs			
EG – Boden	I Nicht-akrobatische Elemente II Akrobatische Elemente vw III Akrobatische Elemente rw IV Einfache Salto vw und/oder rw mit min. 1 LAD			
EG – Pauschenpferd	I Einbeinschwünge und Scheren II Kreis- und Thomasflanken III Wanderelemente IV Abgänge			
EG – Ringe	I Kippen- und Schwungelemente II Kraft- und Halteelemente III Schwung zu Kraft-Halteelementen IV Abgänge			
EG – Barren	I Elemente die im Oberarmstütz beginnen II Elemente im Stütz oder durch den Stütz III Schwungelemente durch den Hang IV Abgänge			
EG – Reck	I Langhangschwünge mit und ohne Drehungen II Flugelemente III Stangennahe und Adler-Elemente IV Abgänge			

1.2 Regelungen für die E-Note

Für die Übungsausführung kann der Turner eine maximale E-Note von 10.00 P. erhalten. Abweichungen im Vergleich zu einer perfekten Ausführung hinsichtlich Ästhetik, Ausführung, Technik und Komposition (allgemeine Erwartungen an den Übungsaufbau) werden abgezogen.

Der Turner darf niemals versuchen, die Schwierigkeit oder die D-Note auf Kosten der ästhetischen und technischen Ausführung zu erhöhen.

Die E-Note wird wie folgt ermittelt:

- 4 E-Noten-Abzüge: Durchschnitt der mittleren 2.
- 3 E-Noten-Abzüge: Durchschnitt der zwei am nächsten Beieinanderliegenden.
- 2 E-Noten-Abzüge: Durchschnitt der 2.

1.2.1. Bestimmung von Ausführungs- und technischen Fehlern

1. Jedes Element ist bis zur perfekten Endposition definiert oder wird mit Perfektion ausgeführt (siehe CdP).
2. Alle Abweichungen von der korrekten Ausführung werden als Ausführungs- oder technische Fehler betrachtet und müssen von den Kampfrichtern entsprechend bewertet werden. Die Höhe des Abzugs für kleine, mittlere oder große Fehler wird durch den Grad der Abweichung von der korrekten Ausführung bestimmt. Der gleiche Abzug wird jedes Mal angewendet, wenn derselbe Grad des Beugens, sei es der Arme, Beine oder des Körpers, auftritt.
3. Die folgenden Abzüge gelten für jede erkennbare ästhetische oder technische Abweichung von der erwarteten Ausführung. Diese Abzüge müssen unabhängig von der Schwierigkeit des Elements oder der Übung vorgenommen werden.

kleiner Fehler	0,1
mittlerer Fehler	0,3
großer Fehler	0,5
Sturz	1,0

Kleine Fehler (Abzug: 0,1)

Jede kleine oder geringe Abweichung von der perfekten Endposition und der perfekten technischen Ausführung.

Jede kleine Korrektur der Hand-, Fuß- oder Körperposition.

Jede andere kleine Verletzung ästhetischer und technischer Anforderungen.

Mittlere Fehler (Abzug: 0,3)

Jede deutliche Abweichung von der perfekten Endposition und der perfekten technischen Ausführung.

Jede deutliche Korrektur der Hand-, Fuß- oder Körperposition.

Jeder halbe Zwischenschwung

Jede andere deutliche Verletzung ästhetischer und technischer Anforderungen.

Große Fehler (Abzug: 0,5)

Jede große Abweichung von der perfekten Endposition und der perfekten technischen Ausführung.

Jede große Korrektur der Hand-, Fuß- oder Körperposition

Jeder volle Zwischenschwung

Jede andere große Verletzung ästhetischer und technischer Anforderungen.

Stürze und Unterstützung durch einen Helfer (Abzug: -1,0)

Jeder Sturz auf oder vom Gerät während eines Elements, ohne dass eine Endposition erreicht wurde, die eine Fortsetzung mit mindestens einem Schwung ermöglicht (z.B. eine deutliche Hangphase am Reck oder eine deutliche Stützphase am Pauschenpferd nach dem betreffenden

Element), oder wenn andere Fehler die unmittelbare Kontrolle des Elements zum Zeitpunkt der Landung oder des Wiederfassens nicht gestatten.

1,00 ist der maximale Abzug für ein Element mit einem Sturz und beinhaltet alle Schritte, Berührungen oder Abstützen auf dem Boden oder der Matte, die zum Sturz führen. Alle anderen Ausführungsabzüge, die für das Element gelten (z.B. Höhe, unzureichende Streckung, unzureichende Drehung), müssen zusätzlich abgezogen werden.

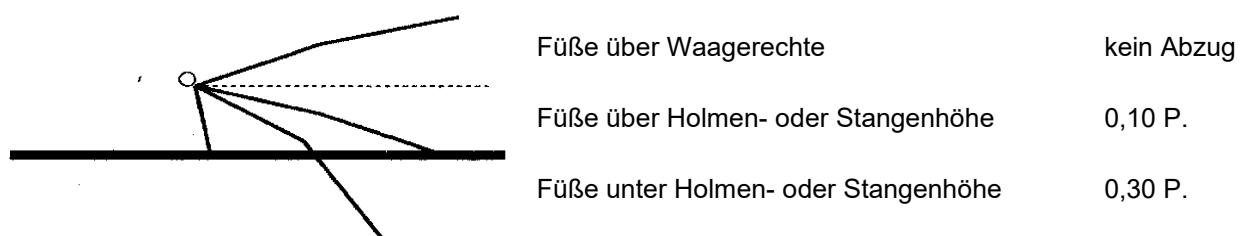
Jede Unterstützung durch einen Helfer, die zur Vollendung eines Elements beiträgt.

4. An allen Geräten wird, wenn der Turner am Ende der Übung keinen Abgang ausführt, aber geplant auf den Füßen landet, kein zusätzlicher Abzug für einen Sturz vorgenommen.

1.2.2. Abzüge bei einfacher Schwungumkehr und Ablegen

An den Geräten Ringe, Barren und Reck erfolgt kein Abzug von 0,3 P. bei Schwüngen, die in eine niedrigere Position führen. Die Ausführung der Schwünge wird jedoch bewertet.

Alle anderen Fälle gelten als halbe Zwischenschwünge, für die ein Abzug von 0,3 P. vorgenommen wird.



2. Die Geräte

2.1 Boden

Abmessung: 12 m x 12 m

Die Bodenübung besteht hauptsächlich aus akrobatischen Elementen, die mit anderen gymnastischen Teilen wie Kraft-, Gleichgewichts- und Beweglichkeitselementen sowie Handständen und choreografischen Verbindungen kombiniert werden und so eine harmonische und rhythmische Gesamtheit bilden und unter Ausnutzung der gesamten Bodenfläche (12 m x 12 m) zu absolvieren ist.

Die EG sind:

- I Nicht-akrobatische Elemente
- II Akrobatische Elemente vw
- III Akrobatische Elemente rw
- IV Einfacher Salto vw und/oder rw mit einer oder mehr Drehungen

Nationale Regelungen:

1. Es zählt das als Abgang geturnte Element zuerst, plus die hochwertigsten Teile in der geforderten Anzahl.
2. In der LK 1 – 3 muss die Bodenübung mit einem akrobatischen Element aus EG II, III oder IV beendet werden, das mit geschlossenen Füßen gelandet wird.
In der LK 4 kann ein beliebiges Element als Abgang anerkannt werden.

3. Ein Standbonus in der LK 4 kann nur nach dem letzten Element vergeben werden, wenn dieses aus der EG II, III oder IV stammt und min. ein A-Teil ist.
4. Ein akrobatisches Element rw kann auch mit einem zusätzlichen Absprung bzw. Strecksprung abzugsfrei abgeschlossen werden, ohne dieses zu entwerten – z.B.: Flick-Flack oder Rondat. **Dafür kann kein Standbonus vergeben werden.**
5. Ebenso zählt ein Salto vw als Abgang, wenn noch eine Rolle vw geturnt werden muss (für die unkontrollierte Landung, die zur Rolle vw führte, wird aber der Abzug für einen Sturz -1,0 P. vorgenommen).
6. Ein Krafthandstand, der nicht fixiert ist (ohne sichtbaren Halt) wird als NE-Teil (flüchtiger Handstand) gewertet.
7. Es gibt keine Zeitvorgaben für die Länge der Übung.
8. **Der Turner muss seine Übung nicht mit einer Akrobatikbahn beginnen.**
9. Es muss kein mehrfacher Salto enthalten sein.
10. **Der Turner muss keinen Einbeinstand oder gymnastischen Absprung mit oder ohne Drehung aus einer Liste zulässiger Elemente zeigen.**
11. **Die Übergänge in den Ecken müssen sich nicht voneinander unterscheiden.**
12. In der LK 1 und 2 müssen alle vier Ecken beturnt werden. (sonst 0,30 P. nA)
In der LK 3 und 4 müssen nicht alle vier Ecken beturnt werden.
13. Der Turner darf die gleiche Diagonale nicht mehr als zweimal nacheinander nutzen. (sonst 0,30 P. nA)

2.2 Pauschenpferd

Höhe: 105 cm von der Oberkante der Matte, 115 cm vom Boden

Eine moderne Pauschenpferdübung ist charakterisiert durch verschiedene Arten von Kreisschwüngen mit geschlossenen und gespreizten Beinen, Einbeinschwüngen und/oder Scheren sowie Schwüngen durch den Handstand mit und ohne Drehungen in unterschiedlichen Stützpositionen und auf allen Pferdteilen. Alle Elemente dürfen nur schwungvoll und ohne jegliche Übungsunterbrechung geturnt werden. Kraft- und Halteelemente sind nicht gestattet.

Sofern nicht anders angegeben, beginnen und enden alle Kreiselemente (einschließlich Kreisflanken) im Stütz vorlings.

Die EG sind:

- I Einbeinschwünge und Scheren
- II Kreis- und Thomasflanken mit und/oder ohne Spindeln und Handständen, Kehrschwünge, Russenwendeschwünge, Flops und kombinierte Elemente
- III Wanderelemente inklusive Tong Fei, Wu Guonian, Roth und Spindeln mit Wandern
- IV Abgänge

Nationale Regelungen:

1. Elemente werden anerkannt, sofern das geturnte Element ohne Sturz beendet wurde. Sie werden auch gewertet, wenn danach z.B. ein Einspreizen folgt.
2. In der LK 4 ist ein Seitschwingen mit Vor- und Rückspreizen jeweils ein TE und kann je einmal für die Anzahl der Elemente anerkannt und beliebig oft abzugsfrei wiederholt werden.
3. Wander- oder Drehspreizen kann abzugsfrei im Spreizstütz enden und von dort zum Vor- oder Rückspreizen, in die Schere oder Flanke führen, z.B. Wanderspreizen + Schere rw. = NE + A

2.3 Ringe

Höhe: 270 cm von der Oberkante der Matte, 290 cm vom Boden

Eine Übung an den Ringen besteht aus Schwung-, Kraft- und Halte-Teilen in etwa gleichen Anteilen. Diese Teile und Kombinationen werden in einem Hang, in oder durch den Stütz sowie in oder durch die Handstandposition ausgeführt. Moderne Ringübungen sind gekennzeichnet durch Übergänge zwischen Schwung- und Kraftelementen oder umgekehrt, wobei die Ausführung mit gestreckten Armen vorherrschen sollte.

Die EG sind:

- I Kipp- und Schwungelemente & Schwünge durch oder zum Handstand (2 Sekunden)
- II Kraft- und Halteelemente (2 Sekunden)
- III Schwung zu Kraft-Halteelementen (2 Sekunden)
- IV Abgänge

Nationale Regelungen:

1. Ein Schwung zum Handstand ist nicht erforderlich.
2. Eine Sequenz aus Elementen der Gruppe II und/oder III muss nicht unterbrochen werden. Es zählen beliebig viele Elemente der beiden Gruppen.
3. In der LK 4 ist ein Vor- und Rückschwung jeweils ein TE und kann je einmal für die Anzahl der Elemente anerkannt und beliebig oft abzugsfrei wiederholt werden.

2.4 Sprung

Jeder Sprung beginnt mit einem Anlauf und einem Absprung von beiden Füßen mit geschlossenen Beinen (mit oder ohne Rondat) auf das Sprungbrett und wird mit einer kurzen Stützphase auf dem Sprungtisch mit beiden Händen ausgeführt. Der Sprung kann eine oder mehrere Drehungen um die zwei Achsen des Körpers enthalten. Nach dem ersten Sprung kehrt der Turner ohne Verzögerung zu der Startposition zurück und führt nach der Freigabe durch den D1-Kampfrichter seinen zweiten Sprung aus.

Die Sprunggruppen sind:

- | | |
|------------|--|
| Gruppe I | Sprünge mit einem Salto und komplizierten Schrauben |
| Gruppe II | Überschlagsprünge ohne oder mit einfachen Drehungen und alle Doppelsalto vw |
| Gruppe III | Überschlagsprünge seitwärts (sw) und Tsukahara-Sprünge ohne oder mit einfachen Drehungen und alle Doppelsalto rw |
| Gruppe IV | Rondatsprünge mit einem Salto und komplizierten Schrauben |
| Gruppe V | Rondatsprünge ohne oder mit einfachen Drehungen und alle Doppelsalto vw oder rw |

Nationale Regelungen:

1. Jeder Turner kann zwei Sprünge (verschiedene oder gleiche) absolvieren. Der Sprung mit dem höheren Endwert kommt in die Wertung.
2. Die Landezone gilt in der KM nicht.
Abweichungen von der Mittelachse werden vom E-Kampfgericht bewertet.
3. Neben den Sprüngen des CdP sind weitere Sprünge in der KM gemäß Sprungtabelle zugelassen.
4. Alle D-Noten des CdP und der Sprungtabelle werden als Bonifikation mit dem Faktor 1,5 multipliziert, sofern kein Sturz vorliegt.
5. Die Begrenzung auf 2 Sprünge im Einturnen gilt nicht.

2.5 Barren

Höhe: 180 cm von der Oberkante der Matte, 200 cm vom Boden

Eine moderne Barrenübung besteht überwiegend aus Schwung und Flugelementen aus allen EG, die mit fließenden Übergängen durch verschiedene Hang- und Stützpositionen führen, um die vielfältigen Möglichkeiten des Gerätes zu zeigen.

Die EG sind:

- I Elemente die im Oberarmstütz beginnen
- II Elemente im Stütz oder durch den Stütz auf beiden Holmen
- III Schwungelemente durch den Hang an 1 od. 2 Holmen und Unterschwünge
- IV Abgänge

Nationale Regelungen:

1. Nach einem Schwung zum Handstand (II.1) muss das nächste Element nicht in die gleiche Richtung ausgeführt werden.
2. In der LK 4 ist ein Vor- und Rückschwung jeweils ein TE und kann je einmal für die Anzahl der Elemente anerkannt und beliebig oft abzugsfrei wiederholt werden.
3. In der LK 4 ist der Barren 120 cm von der Oberkante der Matte hoch.

2.6 Reck

Höhe: 260 cm von der Oberkante der Matte, 280 cm vom Boden

Eine moderne Reckübung muss eine dynamische Präsentation sein, die ausschließlich aus fließenden Verbindungen von Drehungen, Schwung- und Flugelementen besteht, die abwechselnd stangennah und mit Abstand zur Reckstange in verschiedenen Griffvarianten ausgeführt werden, sodass die Vielfältigkeit des Gerätes gezeigt werden kann.

Die EG sind:

- I Langhangschwünge mit und ohne Drehungen
- II Flugelemente
- III Stangennahe und Adler-Elemente
- IV Abgänge

Nationale Regelungen:

1. Elemente zum Handstand werden auch in der KM mit bis zu 90° Abweichung nach CdP bewertet, mit folgenden Ausnahmen:
 - Stemme rw. zum Stütz = NE
 - Kippe und Fallkippe zum Stütz = NE (Arm-Rumpf-Winkel nicht geöffnet)
 - Freie Felge über waagerecht kann als NE ohne Abzug gewertet werden, wenn dies zu Gunsten des Turners ist. (z.B. LK 2, 3, 4 oder EG III ist bereits erfüllt)
2. In der LK 4 ist ein Vor- und Rückschwung jeweils ein TE und kann je einmal für die Anzahl der Elemente anerkannt und beliebig oft abzugsfrei wiederholt werden.
3. Ein hoher Rückschwung im Stütz über Waagerechte ist in allen LK abzugsfrei erlaubt.
4. In der LK 4 ist das Reck 150 cm von der Oberkante der Matte hoch.