**Notenblatt 1\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Übungen** | **1)****v Fahren, Bremsen****r Fahren, Bremsen** | **2)****1. Breite: ca. 4 Schritte+Kniebeuge (Päckli)****2. Breite: v Fahren +beidbeiniges Umkreisen 360° von 2 Pylonen****(R+L)** | **3)****Storch v****1. Breite R****2. Breite L** | **4) a)****2-Fusssprünge v auf Gerader oder ein 2-Fusssprung mit halber Drehung auf Kreis****(R oder L)** | **Oder 4) b)****3 v und 3 r Ballone****(Fischli/Eier)** | **5)****v Übersetzen****R und L** |  |
| **Durchschnittsnote****3,0** |
| **+ je 0,1** | * gutes Gleiten
* gute Kniearbeit
* gerader Oberkörper
 | * hohes Tempo
* tiefe Kniebeuge
* ruhige Haltung
 | * Storch lange gehalten
* Ruhige Haltung
* Beide Seiten gut
 | * gute Höhe
* gute Kniearbeit
* sicherer Auslauf
 | * Ballone schliessen
* flüssig laufen
* gute Kniearbeit
 | * sauberes Gleiten auf beiden Füssen
* flüssig
* ruhige Armhaltung
 |  |
| **- je 0,1** | * Spitzenabstösse
* Stolperer
* schlechte Haltung
 | * Kniebeuge nichtgenügend
* langsam
* Stolperer
 | * Wackler
* Unruhige Haltung
* Eine Seite deutlich schwächer
 | * Knappe Höhe
* steif
* unsicherer Auslauf
* Sturz: -3
 | * Zwischenschritt
* Nicht geschlossen
* steif
 | * Spitzenabstösse
* Unruhige Haltung
* eine Seite deutlich schwächer
 |  |
| **Name Vorname** |  |  |  |  |  |  | Total |
|  | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |  |

**Die Basispunktzahl ist 15. Mit 15 Punkten ist der Test bestanden. Es gibt keine Minimalnote. Jedes „minus“ kann durch ein „plus“**

**aufgeholt werden. Auch bei „3 minus“ kann der Läufer weiterfahren; aber er braucht „3 plus“ in anderen Übungen, um aufzuholen.**

**Notenblatt 2\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Übungen** | **1)****2 Chassés gefolgt von va Bogen (mind. 3****Sek.halten)****Abwechs. mind.2xR + 2xL** | **2)****ve Abstoss gefolgt von 2 v- Uebersetzen ve Bogen (mind.3 Sek. halten)****mind. 2xR + 2xL** | **3)****r Übersetzen****R und L** | **4) a)****Dreierspr. von einem Bein auf zwei Beine oder ein Bein** | **Oder 4) b)****Schlangenlinie v auf 2 Beinen** | **5) a)****v Flieger auf Kreis oder auf Gerade****1xR und 1xL** | **Oder 5) b)****½ Kreise va,****R und L** |  |
| **Durchschnittsnote****3,0** |
| **+ je 0,1** | * gute Kniearb.
* Saubere Kanten
* Gerader Oberkörper
 | * gute ve Abst.
* Saubere Kanten
* Flüssige Übergänge
 | * Flüssiges Gleiten auf beiden Seiten
* Ruhige Arme
* Gute Kniearb.
 | * gute Höhe
* Landung auf 1 Bein
* Kontrollierte Armbewegung von hinten nach vorne
 | * Gute Kniearb.
* Füsse parallel
* gutes Spurenbild
 | * 1 Bein über Hüfthöhe
* beide Beine über Hüfthöhe
* schwungvoll
 | * alle Abstösse gut
* Armführung stimmt
* ½ Kreisform
 |  |
| **- je 0,1** | * Spitzenab-stösse
* keine a Kante
* Wackler
 | * Spitzenab-stösse
* keine a Kante
* Wackler
 | * Kratzen
* eine Seite deutlich schwächer
* unruhige Armhaltung
 | * keine Gegenhaltung
* knappe Höhe
* unvollst. Drehung
* Sturz: -3
 | * Keine Bogen
* Füsse nicht parallel
* Ohne Schwung
 | * beide Beine unter Hüfthöhe
* wackelig
* eine Seite deutlich schwächer
* Sturz: -3
 | * Keine Halbkreise, da schlechte Kante
* Falscher Abstosswinkel
* SpB am Bogenanfang nicht hinten
 |  |
| **Name Vorname** |  |  |  |  |  |  |  | Total |
|  | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |  |

**Die Basispunktzahl ist 15. Mit 15 Punkten ist der Test bestanden. Es gibt keine Minimalnote. Jedes „minus“ kann durch ein „plus“**

**aufgeholt werden. Auch bei „3 minus“ kann der Läufer weiterfahren; aber er braucht „3 plus“ in anderen Übungen, um aufzuholen.**

**Notenblatt 3\***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Übungen** | **1)****Chassé Schl in Achterform, Kantenwechsel von a auf e** | **2)****1-2 Chassé v,Dreier va rep., auf Kreis R und L** | **3)****Lva vx Rve, Lv, Rve oMo Lre, Rra rep., auf Kreis R und L** | **4) a)****1W (Dreiersprung) mit Ein- und Auslauf** | **Oder 4) b)****1-2 r Ch auf einem ½ Kreis R + L, abw.** | **5) a)****USp Standpirouette (auf 1 Bein) aus Stand oder mit Einlauf mind. 3 Dreh.** | **Oder 5) b)****½ Kreise ve,R und L** |  |
| **Durchschnittsnote****3,0** |
| **+ je 0,1** | * Gute Kanten
* Sauberer Kantenwechsel
* Flüssig gefahren
 | * Gute Kanten
* Sauberer Kantenwechsel
* Flüssig gefahren
 | * Saubere Kanten
* Beide Seiten gut
* Ruhige Knie- und Armführung
 | * gute Höhe
* mit Einlauf von r oder oMo oder va Dr
* Auslauf gehalten
 | * Abstoss aus dem Stand
* SpB vorne
* Kein Hüftknick
 | * Guter Halbbogen oder Einlauf
* mehr als 3 Drehungen
* an Ort
 | * ½ Kreis geschl.
* Guter Abstoss
* e Kante gut
 |  |
| **- je 0,1** | * keine Kanten
* Wackelig
* langer, gerader Kantenwechsel
 | * unsaubere Dr
* eine Seite deutlich schwächer
* keine Kanten
 | * gespr. oMo
* keine Kanten
* eine Seite deutlich schwächer
 | * knappe Höhe
* ohne Schwung
* Auslauf nicht
* Gehalten
* Sturz: -3
 | * Keine ½ Kreise
* Haltung schlecht
* nicht a Kante
 | * weniger als 3 Drehung.
* gewandert
* auf Zacke gedreht
* Sturz: -3
 | * ½
* Kreiseüber-gang zu früh
* Zackenabst
* Keine ½ Kreise
 |  |
| **Name Vorname** |  |  |  |  |  |  |  | Total |
|  | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |  |

**Die Basispunktzahl ist 15. Mit 15 Punkten ist der Test bestanden. Es gibt keine Minimalnote. Jedes „minus“ kann durch ein „plus“**

**aufgeholt werden. Auch bei „3 minus“ kann der Läufer weiterfahren; aber er braucht „3 plus“ in anderen Übungen, um aufzuholen.**

**Notenblatt 4\* Kür Kinder und Erwachsene**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Übungen** | **1)****1 S (Salchow)** | **2)****1 Lo oder 1 F****(Rittberger oder Flip)** | **3)****USp 1****(Standpirouette)****Mind. 6 Drehungen,****davon mind. 3****Drehungen ohne****Anziehen von Armen****und Spielbein** | **4)****SSp 1****(Sitzpirouette)****Mind. 3****Drehungen** | **5)****CiSt****(Kreisschritt)****Frei wählbar mit v****Dr und mind.****einem oMo,****ganzer Schritt je****1x R und L** | **6)****Nicht****obligatorisch:****2 Min-Kür****gemäss****Breitensport****SEV** |  |
| **Durchschnittsnote****3,0** |
| **+ je 0,1** | * Höhe
* Schwung
* Auslauf gehalten, gestrecktes Spielbein
 | * Höhe
* Schwung
* Auslauf gehalten, gestrecktes Spielbein
 | * Mehr als 6 Drehungen
* Nicht gewandert
* Gute Drehgeschwindigkeit
 | * Mehr als 3 Drehungen
* Nicht gewandert
* Gute Drehgeschwindigkeit
 | * Mehrheitlich saubere Drehungen
* Armbewegungen
* Beide Seiten gut
 |  |  |
| **- je 0,1** | * Absprung und Drehung nicht korrekt
* Auslauf nicht gehalten
* Knappe Höhe
* Sturz: -3
 | * Absprung und Drehung nicht korrekt
* Auslauf nicht gehalten
* Knappe Höhe
* Sturz: -3
 | * Weniger als 6 Drehungen
* Gewandert
* Auf Zacke gedreht
* Sturz: -3
 | * Weniger als 3 Drehungen
* Gewandert
* Auf Zacke gedreht
* Sturz: -3
 | * Unsaubere Drehungen
* Eine Seite deutlich schwächer
* Unruhige Haltung
 |  |  |
| **Name Vorname** |  |  |  |  |  |  | Total |
|  | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |  |

**Die Basispunktzahl ist 15. Mit 15 Punkten ist der Test bestanden. Es gibt keine Minimalnote. Jedes „minus“ kann durch ein „plus“**

**aufgeholt werden. Auch bei „3 minus“ kann der Läufer weiterfahren; aber er braucht „3 plus“ in anderen Übungen, um aufzuholen.**

**Notenblatt 4\* Stil Kinder und Erwachsene**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Übungen** | **1)****v-Uebersetzen in Achterform wie I-B****Stiltest (ohne Spiralposition)** | **2)****r-Uebersetzen in Achterform wie I-B****Stiltest (ohne Spiralposition)** | **3)****1-2 Chassé v gefolgt von kleinem Kantenwechsel auf ve L, anschliessend Dreier ve R auf Kreis, Übung repetieren; Ganze Übung gegengleich ( L)** | **4)****2-3 r übs., gefolgt von ra Bogen mind. 3 Sek. gehalten, mind. 2xR und 2xL** | **5)****1 va Flieger und 1 ra Flieger, wobei einer davon ein Königsflieger sein darf, Reihenfolge und Übergang frei** |  |
| **Durchschnittsnote****3,0** |
| **+ je 0,1** | * Keine Zackenabstösse
* Schwungvoll, rhythmisch
* Oberkörper und Arme ruhig
 | * Schwungvoll
* Gute Körperlage in den Kreis
* Kein Kratzen
 | * Mehrheitlich saubere Dreier
* Ruhige Knie- und Armführung
* eide Seiten gut
 | * Gute Kanten
* Länger als 3 Sek. gehalten
* Beide Seiten gut
 | * 1 Bein über Hüfthöhe
* Beide Beine über Hüfthöhe
* schwungvoll
 |  |
| **- je 0,1** | * nicht rhythmisch
* − Stolperer
* − ve Bogen nach
* Wechsel nicht
* gehalten
 | * Kratzen
* Schlechte Arm- und Körperhaltung
* ra Bogen nicht gehalten
 | * Unsaubere Dreier
* Eine Seite deutlich schwächer
* Keine Kanten
 | * keine Kante
* nicht 3 Sek. gehalten
* wackelig
 | * beide Beine unter Hüfthöhe
* wackelig
* Eine Seite deutlich schwächer
* Sturz: -3
 |  |
| **Name Vorname** |  |  |  |  |  | Total |
|  | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |  |

**Die Basispunktzahl ist 15. Mit 15 Punkten ist der Test bestanden. Es gibt keine Minimalnote. Jedes „minus“ kann durch ein „plus“**

**aufgeholt werden. Auch bei „3 minus“ kann der Läufer weiterfahren; aber er braucht „3 plus“ in anderen Übungen, um aufzuholen.**