

## Empfehlung: Bewertungen am Sprung

Für die ersten drei Sprünge der Basisstufe ist aufgrund einer fehlenden Abdruckphase die Einteilung der Teil-B-Noten nicht eindeutig.

Wir empfehlen für **Aufknien – Anhocken – Strecksprung** bzw. **Aufhocken – Strecksprung** folgendes zu verwenden:

- Teil-B-Note „Abdruck-Höhe-Weite“ für das Anhocken bzw. die Hockposition
- Teil-B-Note „2. Flugphase“ für den Strecksprung

Wir empfehlen für **Strecksprung** folgendes zu verwenden:

- Teil-B-Note „Erste Flugphase und Stütz“ für das Beibehalten einer stabilen gestreckten Hüfte
- Teil-B-Note „Abdruck, Höhe, Weite“ nur für Höhe
- Teil-B-Note „2. Flugphase“ für die Haltung

Das Technische Komitee Turn10®  
2. Jänner 2025