

LAUFKLASSE 1		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
halbe Bögen v a	<i>Erster Abstoß aus dem Stand, Abstöße von der Kante, Spielbeführung, halbe Kreise (1 Bahnbreite)</i>						
halbe Bögen v e	<i>Erster Abstoß aus dem Stand, Abstöße von der Kante, Spielbeführung, halbe Kreise (1 Bahnbreite)</i>						
Übersteigen vw und rw am Kreis	<i>Übersteigen in 8er Form: 1 8er vw, 1 8er rw, Größe zur Orientierung: Hockeykreise auf kurzer Seite Beide Abstöße von der Kante, ruhiger Oberkörper, Schultern über dem Kreis, kontrollierte Spielbeführung (je 1 Kreis/Seite)</i>						
Walzendreierschritt (Dreier Auslauf am Kreis, beide Seiten)	<i>Klar ersichtlicher Dreier auf einem Bein gelaufen, Auslauf kontrolliert gehalten, gestrecktes, gehobenes Spielbein im Auslauf (je 1 Kreis/Seite)</i>						
Mohawk ve Auslauf am Kreis, beide Seiten	<i>Gleich lange Ein- u. Auslaufkanten im Mohawk, Auslauf kontrolliert gehalten, gestrecktes, gehobenes Spielbein im Auslauf (1 Kreis/Seite)</i>						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

LAUFKLASSE 2		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
Übersteigen vw - ve Bogen	<i>Schwungaufbau, Abstöße von der Kante, Klare Körperlinien (je 1 Bahnlänge)</i>						
Übersteigen rw - Auslauf	<i>Schwungaufbau, Abstöße von der Kante, Klare Körperlinien (je 1 Bahnlänge)</i>						
Dreier - Ausfaller - Übersteigen	<i>Schwungaufbau, Abstöße von der Kante, kein Kratzen! (beide Seiten, je 1 Bahnlänge)</i>						
Bögen ra	<i>Erster Abstoß aus dem Stand, halbe Kreise, kontrollierte Spielbeinführung (je 1 Bahnbreite)</i>						
Englische Dreier va	<i>Abstöße von der Kante, kontrollierte Halbkreise, ruhige Bögen</i>						
Rittbergersschritt in 8er-Form	<i>Schwungaufbau, Rhythmus (je 1 8er/Seite)</i>						
3 verschiedene Spiralpositionen	<i>Beide Beine vw und rw, ew, aw müssen enthalten sein und die Spiralen müssen über die ganze Bahn auf dem Bogen (Kante) min. 2 Sek jeweils gelaufen werden</i>						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

LAUFKLASSE 3		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
Dreier va - Abstoß - Dreier re; Dreier ve - Abstoß - Dreier ra	<i>Abstöße von der Kante, halbe Kreise, ruhige Bögen (1 Bahnbreite)</i>						
Bögen re	<i>Erster Abstoß aus dem Stand, kontrollierte Halbkreise (je 1 Bahnbreite)</i>						
Schlangenbögen vw und rw aus dem Stand	<i>Kontrollierte Bögen, Spielbeführung (je 1 Bahnbreite) bei der Auslösung wird das vorwärts Standbein gelöst, rückwärts dann das andere Standbein. Bsp.: Wird vorwärts links gelöst ist rückwärts rechts durchzuführen</i>						
Cross Rolls vw und rw aus dem Stand	<i>Tiefe Kanten, Körperhaltung, Spielbeinposition (je 1 Bahnbreite)</i>						
Doppeldreier, va, ve aus dem Stand	<i>Korrekte Abstöße, kontrollierte Bögen, Spielbeführung frei wählbar (je 1 Bahnbreite)</i>						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

LAUFKLASSE 4		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
Doppeldreier ra, re aus dem Stand	<i>Korrekte Abstöße, kontrollierte Bögen, Spielbeinführung frei wählbar (je 1 Bahnbreite)</i>						
Mohawk-Wenden-Schritt (s. Demovideo)	<i>Schwungaufbau, kontrollierte Kantenführung, tiefe Kanten (je 1 Bahnlänge)</i>						
Gegendreier va-Abstoß- Gegendreier re Gegendreier ve-Abstoß- Gegendreier ra	<i>Korrekte Abstöße, kontrollierte Bögen, Spielbeinführung (je 1 Bahnlänge)</i>						
Gegenwendenschritt (s. Demovideo)	<i>Korrekte Abstöße kontrollierte Bögen, Spielbeinführung (1 Bahnlänge)</i>						
Choctows auf der Diagonale beide Seiten (beginnend ra)	<i>Tiefe, korrekte Kanten, ruhiger Oberkörper, deutliche tiefe Bögen</i>						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

LAUFKLASSE 5		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
Dreier va - Kantenwechsel/ Schlangenbogen - Schlinge ra - Abstoß-Dreier ra - Kantenwechsel/ Schlangenbogen -Schlinge va-Abstoß	<i>Kantenabstöße, Spielbeinführung (je 1x/Seite)</i>						
Wendenschritt (s. Demovideo)	<i>Abstöße von der Kante, kontrollierte Bögen, Spielbeinführung (1 Bahnlänge)</i>						
Gegenwende ra	<i>Klar erkennbare Kanten, Abstöße von der Kante, kontrollierter Oberkörper (1 Bahnlänge)</i>						
Gegenwende re Übersteigen rw - Bogen links re - Gegenwende re - Bogen links ve - Dreier links ve - Bogen links ra - Beinwechsel (vorne übersteigen und Abstoß)	<i>Klar erkennbare Kanten, Abstöße von der Kante, kontrollierter Oberkörper (1 Bahnlänge)</i>						
Schrittfolge (StSq) Level 2	<i>Qualität, fließende Bewegung (flow), Geschwindigkeit</i>						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

LAUFKLASSE 6		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
Laufsequenz: Choctaw ve - Gegenwende ra - Chasse, Seitenwechsel	<i>Rhythmus, Kniearbeit, tiefe Kanten</i>						
2 verschiedene Arten von Twizzles	<i>Spielbeinhaltung, Drehgeschwindigkeit, beide Seiten müssen enthalten sein (1 Bahnlänge)</i>						
2 verschiedene Cluster	<i>Klare, tiefe Kanten, Rhythmus (beidseitig hintereinander, 2 Wiederholungen, Zwischenschritte erlaubt)</i>						
Schrittfolge (StSq) Level 3	<i>Qualität, fließende Bewegung (flow), Geschwindigkeit</i>						
Choreographische Sequenz (ChSq)	<i>Qualität, fließende Bewegung (flow), Geschwindigkeit, Kreativität</i>						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

TECHNIKKLASSE 1		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
SPRÜNGE	Kadettensprung						
	Einfach Salchow (1S)						
	Einfach Toeloop (1T)						
	Eine Sprungkombination aus 2 einfachen Sprüngen (ausgen. Kadettensprung)						
PIROUETTEN	Standpirouette (USp) mind. 4 Umdrehungen, ohne Fußwechsel						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

TECHNIKKLASSE 2		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
SPRÜNGE	Einfach Rittberger (1Lo)						
	Einfach Flip (1F)						
	Einfach Lutz (1Lz)						
	Einen Einfeldsprung in Kombination mit Einfach Rittberger (1 Lo)						
PIROUETTEN	Standpirouette mit Fußwechsel (CUSp) (mind. 4 Umdrehungen auf jedem Fuß)						
	Sitzpirouette (SSp) (mind. 4 Umdrehungen)						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

TECHNIKKLASSE 3		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
SPRÜNGE	2 verschiedene Doppelsprünge						
	Sprungkombination aus Doppel- und Einzelsprung						
	Einfach Axel (1A)						
PIROUETTEN	Kombinationspirouette mit Fußwechsel (CCoSp) (alle 3 Grundpositionen, mit je mind. 3 Umdrehungen)						
	Waagepirouette (CSp) (mind. 4 Umdrehungen)						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

TECHNIKKLASSE 4		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
SPRÜNGE	5 verschiedene Doppelsprünge						
	- Davon eine Sprungkombination aus zwei verschiedenen Doppelsprüngen						
	- Davon ein Doppelsprung aus Schritten (laut KP)						
PIROUETTEN	LSp oder CSSp oder CCSp (LSp. mind. 6 Umdrehungen; mind. 5 Umdrehungen auf jedem Fuß)						
	FCSp (Level 1) (mind. 6 Umdrehungen)						
	CCoSp (Level 3) (mind. 5 Umdrehungen auf jedem Fuß)						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

TECHNIKKLASSE 5		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
SPRÜNGE	2Lo unmittelbar aus Schritten						
	2F unmittelbar aus Schritten*						
	2Lz unmittelbar aus Schritten*						
	* einer von beiden in Kombination mit einem Doppelsprung						
	2A						
	Herren: 1 Dreifachsprung						
PIROUETTEN	Damen: LSp (Level 2) (mind. 8 Umdrehungen)						
	Herren: CCSp (Level 2) (mind. 6 Umdrehungen auf jedem Fuß)						
	FCCoSp (Level 3) (mind. 6 Umdrehungen auf jedem Fuß)						
	FSSp (Level 3) (Einsprung gem. KP-Bestimmungen)						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

TECHNIKKLASSE 6		Ort:				Datum:	
Name des Mitglieds der Prüfungskommission/ Läufer*in:							
bestanden / nicht bestanden							
SPRÜNGE	Damen: 2 verschiedene Dreifachsprünge, einen davon in Kombination mit mind. einem Doppelsprung						
	Herren: 3 verschiedene Dreifachsprünge, einen davon in Kombination mit mind. einem Doppelsprung						
	2A in Kombination mit einem Doppelsprung						
PIROUETTEN	FCCoSp (Level 4)						

Unterschrift des Mitglieds der Prüfungskommission

LAUFKLASSEN

1. Laufklasse

halbe Bögen v a	Erster Abstoß aus dem Stand, Abstöße von der Kante, Spielbeführung, halbe Kreise (1 Bahnbreite)
halbe Bögen v e	Erster Abstoß aus dem Stand, Abstöße von der Kante, Spielbeführung, halbe Kreise (1 Bahnbreite)
Übersteigen vw und rw am Kreis	Übersteigen in 8er Form: 1 8er vw, 1 8er rw, Größe zur Orientierung: Hockeykreise auf kurzer Seite Beide Abstöße von der Kante, ruhiger Oberkörper, Schultern über dem Kreis, kontrollierte Spielbeführung (je 1 Kreis/Seite)
Walzerdreierschritt (Dreier Auslauf am Kreis, beide Seiten)	Klar ersichtlicher Dreier auf einem Bein gelaufen, Auslauf kontrolliert gehalten, gestrecktes, gehobenes Spielbein im Auslauf (je 1 Kreis/Seite)
Mohawk ve Auslauf am Kreis, beide Seiten	Gleich lange Ein- u. Auslaufkanten im Mohawk, Auslauf kontrolliert gehalten, gestrecktes, gehobenes Spielbein im Auslauf (1 Kreis/Seite)

2. Laufklasse

Übersteigen vw - ve Bogen	Schwungaufbau, Abstöße von der Kante, Klare Körperlinien (je 1 Bahnlänge)
Übersteigen rw - Auslauf	Schwungaufbau, Abstöße von der Kante, Klare Körperlinien (je 1 Bahnlänge)
Dreier - Ausfaller - Übersteigen	Schwungaufbau, Abstöße von der Kante, kein Kratzen! (beide Seiten, je 1 Bahnlänge)
Bögen ra	Erster Abstoß aus dem Stand, halbe Kreise, kontrollierte Spielbeführung (je 1 Bahnbreite)
Englische Dreier va	Abstöße von der Kante, kontrollierte Halbkreise, ruhige Bögen
Rittbergersschritt in 8er-Form	Schwungaufbau, Rhythmus (je 1 8er/Seite)
3 verschiedene Spiralpositionen	Beide Beine vw und rw, ew, aw müssen enthalten sein und die Spiralen müssen über die ganze Bahn auf dem Bogen (Kante) min. 2 Sek jeweils gelaufen werden

3. Laufklasse

Dreier va - Abstoß - Dreier re; Dreier ve - Abstoß - Dreier ra	Abstöße von der Kante, halbe Kreise, ruhige Bögen (1 Bahnbreite)
Bögen re	Erster Abstoß aus dem Stand, kontrollierte Halbkreise (je 1 Bahnbreite)
Schlangenbögen vw und rw aus dem Stand	Kontrollierte Bögen, Spielbeführung (je 1 Bahnbreite) bei der Auslösung wird das vorwärts Standbein gelöst, rückwärts dann das andere Standbein. Bsp.: Wird vorwärts links gelöst ist rückwärts rechts durchzuführen
Cross Rolls vw und rw aus dem Stand	Tiefe Kanten, Körperhaltung, Spielbeinposition (je 1 Bahnbreite)
Doppeldreier, va, ve aus dem Stand	Korrekte Abstöße, kontrollierte Bögen, Spielbeführung frei wählbar (je 1 Bahnbreite)

4. Laufklasse

Doppeldreier ra, re aus dem Stand	Korrekte Abstöße, kontrollierte Bögen, Spielbeführung frei wählbar (je 1 Bahnbreite)
Mohawk-Wenden-Schritt (s. Demovideo)	Schwungaufbau, kontrollierte Kantenführung, tiefe Kanten (je 1 Bahnlänge)
Gegendreier va-Abstoß-Gegendreier re Gegendreier ve-Abstoß-Gegendreier ra	Korrekte Abstöße, kontrollierte Bögen, Spielbeführung (je 1 Bahnlänge)
Gegenwendschritt (s. Demovideo)	Korrekte Abstöße kontrollierte Bögen, Spielbeführung (1 Bahnlänge)
Choctaws auf der Diagonale beide Seiten (beginnend ra)	Tiefe, korrekte Kanten, ruhiger Oberkörper, deutliche tiefe Bögen

5. Laufklasse

Dreier va - Kantenwechsel/ Schlangenbogen - Schlinge ra - Abstoß- Dreier ra - Kantenwechsel/ Schlangenbogen -Schlinge va-Abstoß	Kantenabstöße, Spielbeführung (je 1x/Seite)
Wendenschritt (s. Demovideo)	Abstöße von der Kante, kontrollierte Bögen, Spielbeführung (1 Bahnlänge)
Gegenwende ra	Klar erkennbare Kanten, Abstöße von der Kante, kontrollierter Oberkörper (1 Bahnlänge)
Gegenwende re	
Übersteigen rw - Bogen links re - Gegenwende re - Bogen links ve - Dreier links ve - Bogen links ra - Beinwechsel (vorne übersteigen und Abstoß)	Klar erkennbare Kanten, Abstöße von der Kante, kontrollierter Oberkörper (1 Bahnlänge)
Schrittfolge (StSq) Level 2	Qualität, fließende Bewegung (flow), Geschwindigkeit

6. Laufklasse

Laufsequenz: Choctaw ve - Gegenwende ra - Chasse, Seitenwechsel	Rhythmus, Kniearbeit, tiefe Kanten
2 verschiedene Arten von Twizzles	Spielbeinhaltung, Drehgeschwindigkeit, beide Seiten müssen enthalten sein (1 Bahnlänge)
2 verschiedene Cluster	Klare, tiefe Kanten, Rhythmus (beidseitig hintereinander, 2 Wiederholungen, Zwischenschritte erlaubt)
Schrittfolge (StSq) Level 3	Qualität, fließende Bewegung (flow), Geschwindigkeit
Choreographische Sequenz (ChSq)	Qualität, fließende Bewegung (flow), Geschwindigkeit, Kreativität

Generelle Anmerkungen:

Einlaufzeit: 4 Minuten

- Alle Elemente müssen der Reihe nach unmittelbar hintereinander ausgeführt werden, ab der Klasse 3 (Laufklasse) ohne Rücksprache mit dem/der BetreuerIn.
- Pro Element hat der Läufer zwei (2) Versuche, allerdings können nur maximal drei (3) Elemente jeweils einmal wiederholt werden. Jedes misslungene Element muss sofort wiederholt werden. Der Schiedsrichter ist verpflichtet, den Läufer nach jedem misslungenen Element zur sofortigen Wiederholung dieses Elementes aufzurufen. Bei mehr als drei (3) fehlerhaften Elementen, gibt es keine Möglichkeit auf Wiederholung – die Laufklasse gilt damit als nicht bestanden.
- Ab der Laufklasse drei (3) ist eine Rücksprache mit einem Betreuer und Dritten nur nach einem misslungenen Element zulässig.
- Diverse zu laufende Bögen, wie z.B. ra, re Bögen, Schlangenbögen, Ausläufe etc. erfordern ein gleichmäßiges Laufen/Gleiten auf der Kante (auf einer reinen Kante).

TECHNIKKLASSEN

1. Technikklasse

Kadettensprung	Standpirouette (USp) mind. 4 Umdrehungen, ohne Fußwechsel, zentriert gedreht
Einfach Salchow (1S)	
Einfach Toeloop (1T)	
Eine Sprungkombination aus 2 einfachen Sprüngen (ausgen. Kadettensprung)	

2. Technikklasse

Einfach Rittberger (1Lo)	Standpirouette mit Fußwechsel (CUSp)
Einfach Flip (1F)	mind. 4 Umdrehungen auf jedem Fuß
Einfach Lutz (1Lz)	Sitzpirouette (SSp)
Einen Einzelsprung in Kombination mit Einfach Rittberger (1Lo)	mind. 4 Umdrehungen, Fokus

3. Technikklasse

2 verschiedene Doppelsprünge	Kombinationspirouette mit Fußwechsel (CCoSp)
Sprungkombination aus Doppel- und Einzelsprung	alle 3 Grundpositionen, mit je mind. 3 Umdrehungen
Einfach Axel (1A)	Waagepirouette (CSp)
	mind. 4 Umdrehungen

4. Technikklasse

5 verschiedene Doppelsprünge - Davon eine Sprungkombination aus zwei verschiedenen Doppelsprüngen - Davon ein Doppelsprung aus Schritten (laut KP)	LSp oder CSSp oder CCSp (LSp. mind. 6 Umdrehungen; mind. 5 Umdrehungen auf jedem Fuß)
	FCSp (Level 1) mind. 6 Umdrehungen
	CCoSp (Level 3) mind. 5 Umdrehungen auf jedem Fuß

5. Technikklasse

2Lo unmittelbar aus Schritten	Damen: LSp (Level 2) mind. 8 Umdrehungen
2F unmittelbar aus Schritten*	Herren: CCSp (Level 2) mind. 6 Umdrehungen auf jedem Fuß
2Lz unmittelbar aus Schritten*	FCCoSp (Level 3) mind. 6 Umdrehungen auf jedem Fuß
* einer von beiden in Kombination mit einem Doppelsprung	FSSp (Level 3)
2A	Einsprung gem. KP-Bestimmungen
Herren: 1 Dreifachsprung	

6. Technikklasse

Damen: 2 verschiedene Dreifachsprünge, einen davon in Kombination mit mind. einem Doppelsprung	FCCoSp (Level 4)
Herren: 3 verschiedene Dreifachsprünge, einen davon in Kombination mit mind. einem Doppelsprung	
2A in Kombination mit einem Doppelsprung	

Generelle Anmerkungen:

Einlaufzeit: Technikklasse 1+2: 4 Minuten, Technikklasse 3-6: 6 Minuten

1. Die Übungen werden unmittelbar hintereinander in beliebiger Reihenfolge gelaufen. Sie müssen gemäß IWO und ÖWO korrekt und fehlerfrei ausgeführt werden.
2. Pro Element hat der Läufer drei Versuche, von denen einer den obigen Anforderungen entsprechen muss. Ist ein Sprungelement nicht definiert, kann der Läufer innerhalb der drei möglichen Versuche die Art des Sprunges wechseln. Jedes misslungene Element muss sofort wiederholt werden. Der Schiedsrichter ist verpflichtet, den Läufer nach jedem misslungenen Element zur sofortigen Wiederholung dieses Elementes aufzurufen. Ab der Kürklasse drei (3) ist eine Rücksprache mit einem Betreuer und Dritten nur nach einem misslungenen Element zulässig.
3. Bei Pirouetten muss die geforderte Anzahl von Drehungen in der jeweils vorgeschriebenen Haltung ausgeführt werden (Waagepirouette: Spielbein mindestens waagrecht; Sitzpirouette: Unterseite des Oberschenkels des Standbeines muss mindestens auf Kniehöhe sein). Pirouetten müssen mit Anlauf und Geschwindigkeit gelaufen werden, nicht aus dem Stand beginnend.
4. Bei eingesprungenen Pirouetten ist darauf zu achten, dass nicht vorgedreht und die vorgeschriebene Haltung in der Luft erreicht wird.
5. Sprünge müssen einen exakten Ab- und Aufsprung haben. Als nicht bestanden müssen Sprünge bewertet werden, die auf zwei Beinen oder mit Unterstützung einer oder zwei Hände gelandet werden, oder deren Drehung nicht vollständig ist.
 - Sprünge müssen mit Anlauf und Geschwindigkeit gelaufen werden
 - Anläufe müssen Kontrolle über den Schlittschuh und Rhythmus demonstrieren
 - Bremsen vor dem Sprung ist nicht erlaubt
 - Ausläufe der Sprünge müssen kontrolliert gehalten werden