

Otto-Fleck-Schneise 4 60528 Frankfurt (Main)
Tel. 069/967800-0 Fax 069/967800-80

Internet: www.bdr-online.org
e-mail: info@bdr-online.org

Postgirokonto: Frankfurt (Main) Kto.-Nr. 61685 602 BLZ 500 100 60
Dresdner Bank Frankfurt (Main) Kto.-Nr. 510067700 BLZ 500 800 00
Swift-Bic.: DRESDEFF, IBAN: DE24500800000510067700



Nationales Reglement Einradfahren

Gültig ab 1.1.2008

(Vorbehaltlich der Zustimmung des BDR Hauptausschuss)

Herausgeber: Bund Deutscher Radfahrer e. V.

Stand: 13.05.2007



Bundesministerium
des Innern



<u>INHALT</u>	<u>SEITE</u>
Abkürzungen/Bezeichnungen	03
I. Allgemeines	04
II. Wertungsformen/Wertungsbogen	07
Wertungsbogen Muster	08
III. Jury/Wettkampfablauf	09
IV. Durchführung der Wertung	11
Figuren-Erläuterungen	15
Übungsverzeichnis Vierer- und Sechser Einradfahren	
Vorbemerkungen	20
Übungstabelle Vierer-Einradfahren	23
Übungs-Erläuterungen Vierer-Einradfahren	31
Übungstabelle Sechser-Einradfahren	38
Übungs-Erläuterungen Sechser-Einradfahren	50

Im Reglement benutzte Abkürzungen und Bezeichnungen, alphabetisch sortiert.

2er	= 2er Stirnreihe
3er	= 3er Stirnreihe
4er	= 4er Stirnreihe
50cm	= 50 Zentimeter
6er	= 6er Stirnreihe
8	= Wechselrunde
angef.	= angefahren
an- u. abgef.	= an- und abgefahren
cm	= Zentimeter
Dreh.	= Drehungen
durch.	= durcheinander
eingeschl.	= eingeschlagen
Eschl.	= Einzelschleifen
gegenf.	= gegenfahrend
Gg. 8	= Gegenwechselrunde
Ggquer-8	= Gegenquerwechselrunde
Ggrunde	= Gegenrunde
glz.	= gleichzeitig
hinter.	= hintereinander
Lschl.	= Linksschleifen
mm	= Millimeter
nachein.	= nacheinander
neben.	= nebeneinander
Quer-8	= Querwechselrunden
R	= Runde
Ringf.	= Ringfassung
Rschl.	= Rechtsschleifen
rw.	= rückwärts
Wschl.	= Wechselschleifen

1. WETTKAMPFDISZIPLINEN

- a) Vierer-Einradfahren
- b) Sechser-Einradfahren

2. WETTKAMPFBESTIMMUNGEN

Für nationale Einrad-Meisterschaften und Wettkämpfe gelten die Bestimmungen des Bund Deutscher Radfahrer.

3. VERANSTALTUNG VON MEISTERSCHAFTEN UND WETTKÄMPFEN

Meisterschaften und Wettkämpfe können durch den Bund Deutscher Radfahrer/ die RKB „Solidarität“ und deren Unterorgane veranstaltet werden. Für die Ausschreibung/Einladung gelten die Bestimmungen des Bund Deutscher Radfahrer.

4. REKORDE

Nationale Rekorde finden Anerkennung nach den Richtlinien des Bund Deutscher Radfahrer.

5. SPORTKLEIDUNG

Bei Meisterschaften und Wettkämpfen muss angemessene Sportkleidung getragen werden.

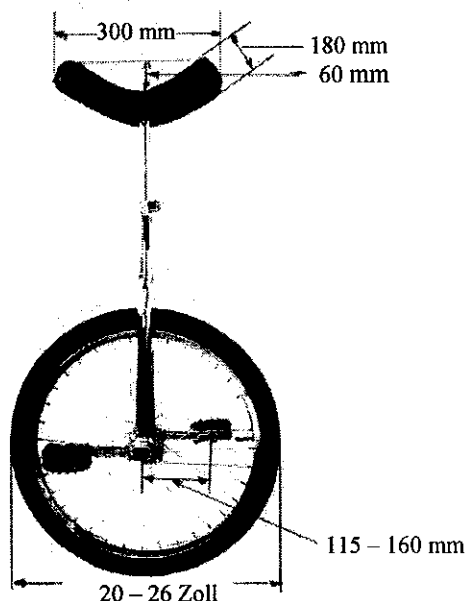
6. EINRÄDER

Die Räder müssen in ihrer Bauart den folgenden Richtlinien und Maßen entsprechen.

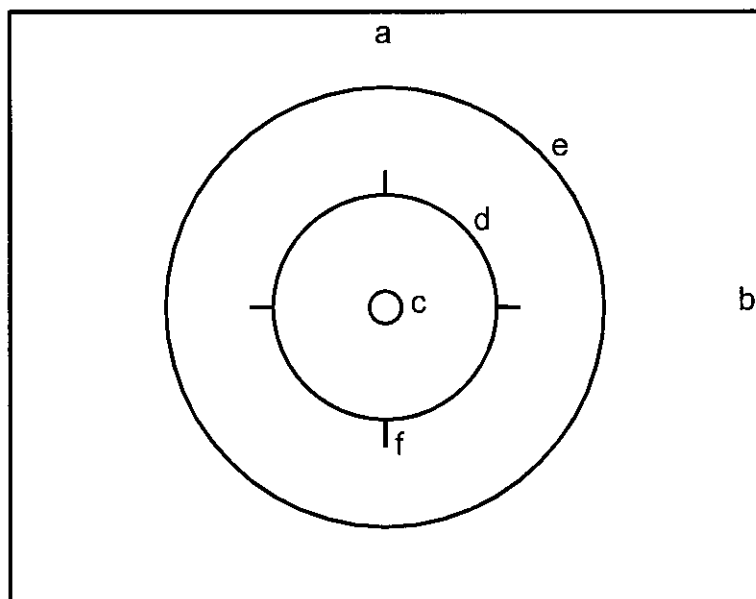
- Laufrad: Der Durchmesser muss mindestens 20 Zoll und darf höchstens 26 Zoll, in der Elite-Klasse muss der Durchmesser mindestens 24 Zoll betragen.
- Kurbeln: Länge von Mitte Laufradachse bis Mitte Pedalachse 115 – 160 mm.
- Antrieb: starr; Pedalkurbeln direkt an der Laufradachse.
- Sattel: Der Sattel muss fabrikmäßig hergestellt sein. Länge maximal 300 mm, Breite maximal 180 mm, größte unbelastete Durchbiegung 60 mm.

Alle sonstigen Hilfsmittel sind verboten.

Einrad-Skizze



7. FAHRFLÄCHE



- a) Länge..... = 12,0 bis 14,0 Meter
- b) Breite = 9,0 bis 11,0 Meter
- c) 50 cm Kreis..... = 0,5 Meter Durchmesser
- d) 4 m Kreis = 4,0 Meter Durchmesser
- e) 8 m Kreis = 8,0 Meter Durchmesser
- f) Viertelkreisteilung = 0,5 Meter

Bei Einrad-Meisterschaften und Wettkämpfen muss die Fahrfläche mindestens der Minimalgröße entsprechen.

In der Mitte zur Flächenumrandung müssen drei konzentrische Kreise mit den jeweiligen Durchmessern vorhanden sein.

Alle Markierungen sind in einer Breite von 3,0 bis 5,0 Zentimeter anzubringen. Es kann sich hierbei um Klebeband, Farbe oder Boden-Einlegungen handeln. Die Markierungen müssen von allen Kommissärsplätzen gut erkennbar sein.

Die Maße aller Markierungen sind Außenmaße.

Die Radball-Spielfeldumrandung und die Tore müssen sich bei den Wettbewerben im Einradfahren mindestens 0,5 Meter außerhalb der markierten Flächenbegrenzung befinden.

Der Abstand der Fahrfläche von Wänden, Säulen oder sonstigen nicht beweglichen Gegenständen muss bei nationalen Meisterschaften mindestens 0,5 Meter betragen.

Die Beschaffenheit der Fahrfläche muss ein einwandfreies Fahren zulassen. Die Jury hat die Maße und Befahrbarkeit zu prüfen und zu genehmigen.

8. ALTERSKLASSEN

Wettbewerbe können ausgeschrieben werden für:

- 1a) Frauen (Elite).....über 18 Jahre
- 1b) Juniorinnen U19 (bis 18 Jahre)
- 1c) Schülerinnen..... U15 (bis 14 Jahre)

Offene Klassen:

- 2a) Männer (Elite), kann auch mit Frauen (Elite) gemischt sein über 18 Jahre
- 2b) Junioren, kann auch mit Juniorinnen gemischt sein U19 (bis 18 Jahre)
- 2c) Schüler, kann auch mit Schülerinnen gemischt sein..... U15 (bis 14 Jahre)

In den offenen Klassen kann die Anzahl der männlichen oder weiblichen Teilnehmer variabel sein.

Im Jahr der Vollendung des entsprechenden Lebensjahres kann noch bis zum Jahresende in dieser Altersklasse gestartet werden.

Ein Start in der nächst höheren Altersklasse ist möglich.

In einer Vierer-Mannschaft der Altersklasse Junioren kann ein Elite-Sportler U23 (bis 22 Jahre) starten.

In einer Vierer-Mannschaft der Altersklasse Schüler kann ein Junior-Sportler U17(bis 16 Jahre) starten.

In einer Sechser-Mannschaft der Altersklasse Junioren können zwei Elite-Sportler U23 (bis 22 Jahre) starten.

In einer Sechser-Mannschaft der Altersklasse Schüler können zwei Junior-Sportler U17(bis 16 Jahre) starten.

Gleichzeitige Starts in zwei Altersklassen der gleichen Disziplin sind bei einer Veranstaltung (Wettkampf oder Meisterschaft) verboten.

9. FAHRZEITEN

- a) In allen Klassen und Disziplinen beträgt die Höchstfahrzeit 5 Minuten

Die Feststellung der Fahrzeit muss elektronisch oder mechanisch erfolgen. Eine Ersatzzeitmessung ist vorzunehmen.

Das Ende der Fahrzeit wird durch den Obmann oder einen Beauftragten akustisch angegeben.

10. HÖCHSTÜBUNGSZAHLEN

Bei allen Disziplinen und Altersklassen 20 Übungen

Bei den Meisterschaften und Wettkämpfen darf die Höchstübungszahl nicht überschritten werden.

1. FAHRPROGRAMME

Die Wertung der Fahrprogramme erfolgt nach Schwierigkeit und Ausführung.

Die Schwierigkeits-Punkte ergeben sich aus der Addition der Punktwerte aller Übungen.

Zur Erstellung der Fahrprogramme dürfen in allen Disziplinen nur Übungen aus den entsprechenden Übungstabellen verwendet werden. Es wird nur eine Übung pro Übungsgruppe gewertet.

Die Reihenfolge der Übungen bei der Zusammenstellung des Fahrprogramms ist wahlfrei.

2. AUSFÜLLEN WERTUNGSBOGEN

Es ist darauf zu achten, dass von jeder Übungsnummer immer nur eine Übung, entweder a, b, c usw. auf dem Wertungsbogen eingetragen wird, deshalb darf jede Übungsnummer nur einmal erscheinen.

Die Übungsnummer, der Übungstext und der Punktwert sind beim Ausfüllen des Wertungsbogens genau wie in den Übungstabellen anzugeben. Die Punktwerte sind zu addieren und die Gesamtpunkte einzutragen.

Der Kopfteil des Wertungsbogens muss vollständig ausgefüllt werden.

3. PRÜFUNG WERTUNGSBOGEN

Die Jury ist verpflichtet vor dem Wettbewerb alle Wertungsbogen zu prüfen und abzuzeichnen.

Wird mit EDV gewertet, überprüft ein Sportler/Trainer einen Ausdruck des gespeicherten Fahrprogramms auf Übereinstimmung mit dem von ihm eingereichten und bestätigt dieses mit seiner Unterschrift.

Fehlerhafte, nicht den Regeln entsprechende Eintragungen sind, nach Möglichkeit mit einem zuständigen Sportler oder Trainer, zu berichtigen. Nachteile, die sich aus fehlerhaften Eintragungen ergeben, gehen in jedem Fall zu Lasten der Mannschaft.

Eingereichte Fahrprogramme dürfen ab eine Stunde vor Beginn der Disziplin nicht mehr geändert werden.

4. FAHRWEISE AUSFÜHRUNGSART

a) Die richtige Fahrweise und Ausführungsart der einzelnen Übungen geht aus den jeweiligen Vorbemerkungen und den Übungs-Erläuterungen der entsprechenden Disziplinen sowie den Figuren-Erläuterungen hervor.

b) Während des Programmvortrages muss die auf dem Wertungsbogen eingereichte Reihenfolge der Übungen eingehalten werden.

c) Während des Programmvortrages dürfen die Einräder nicht verlassen werden.

5. AUSGABE WERTUNGSBOGEN

Nach Abschluss einer Disziplin sind die Wertungsbogen/EDV-Ergebnisdrucke den empfangsberechtigten Personen (Trainer, Betreuer, Sportler) auszuhändigen.

6. WERTUNGSBOGEN-MUSTER

Bei allen Meisterschaften oder Wettbewerben ist der auf der folgenden Seite als Muster abgedruckte Wertungsbogen zu verwenden.

II. WERTUNGSFORMEN/WERTUNGSBOGEN

Wertungsbogen für Kunstradsport-Wettbewerbe

Lizenz-Nr.:	Nachname, Vorname	Jahrgang	Disziplin:			Startnummer:
			Pers. Best.	Pkt.	am:	
			Verband:			
			Verein:			
			Wettbewerb:			
			Datum/Ort:			
			Veranstalter:			

L.Nr. Nr.	Übung- Nr.	Übungstext	Schw. Punkt	Takt. Punkte	Schwierigkeit		Ausführung Zeichen
					%	Pkt.	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							

Geprüft:		SCHWIERIGKEITS-PUNKTE:	Abzug Schwierigkeit:
		+ Taktische Punkte:	_____ X x 0,2 = _____
Ansager:		GESAMTPUNKTE:	_____ ~ x 0,5 = _____
Schreiber:		- Gesamtabzug	_____ x 1,0 = _____
	ERGEBNIS:		_____ O x 2,0 = _____
	+ Ergebnis Jury 2		Abzug Ausführung:
Obmann:	+ Ergebnis Jury 3		Gesamt-Abzug:
	JURY 1 + 2 + 3		_____ : 2 oder 3 = _____ Punkte

1. BERUFUNG DER JURY

Die Juries werden bei den Meisterschaften und Wettbewerben durch den Bund Deutscher Radfahrer oder seine entsprechenden Organe berufen.

Alle Kommissäre, die bei einer Meisterschaft oder einem anderen Wettkampf eingesetzt werden, müssen im Besitz einer der jeweiligen Kategorie entsprechenden Kommissärs-Lizenz sein.

2. ZUSAMMENSETZUNG EINER JURY

Alle Meisterschaften und Wettkämpfe:

1 Kommissär als Obmann;

2 - 3 Kommissäre als Ansager;

2 - 3 Kommissäre als Schreiber;

Die einzelne Kommissärsgruppe besteht aus einem Ansager und einem Schreiber.

3. PLAZIERUNG DER JURY

Die Jury ist so an der Fahrfläche zu platzieren, dass die Kommissäre einen guten Blick auf die Fahrfläche haben und ihre Unabhängigkeit voneinander gewährleistet ist.

4. Trainerplatz

Ein fester Platz für den Trainer und einen weiteren Betreuer wird vorab in Abstimmung mit dem Obmann durch den Organisator an der Fahrfläche festgelegt (mindestens 50 cm Abstand zur Flächenbegrenzung).

5. MUSIKBEGLEITUNG

Alle Fahrprogramme können unter Musikbegleitung gezeigt werden. Wünscht ein Wettbewerber ein bestimmtes Musikstück, muss er selber den Musikträger zur Verfügung stellen.

Sollte der Wettkampf auf mehreren Fahrflächen ausgetragen werden, erfolgt die Musikbegleitung in Reihenfolge der Einreichung.

6. AUSFÜHRUNGSKOMMANDOS/ÜBUNGSANSAGE

a) In allen Mannschaftswettbewerben können Ausführungskommandos nur von Mannschaftsmitgliedern gegeben werden.

b) Bei allen Disziplinen ist das Ansagen von Übungen durch Außenstehende nicht gestattet. Von außerhalb angesagte/angezeigte Übungen werden mit 100% abgewertet.

7. TÄTIGKEIT DER JURY

- a) Der Obmann gibt den Kommissären den Wertungsbogen und erteilt durch ein Zeichen (akustisch oder optisch) die Startfreigabe. Er beobachtet den gesamten Ablauf des Fahrprogramms, um im Falle besonderer Vorkommnisse oder einer Unterbrechung die jeweilige Situation zu kennen. Der Obmann oder ein Beauftragter nimmt die Zeitmessung vor.
- b) Die Schreiber lesen die Übungen des Fahrprogramms in der im Wertungsbogen eingetragenen Reihenfolge ihren Ansagern vor. Diese verfolgen den Ablauf der Übungen hinsichtlich Schwierigkeit und Ausführung. Nach jeder Übung geben die Ansager entweder die korrekte Ausführung oder die Abwertung an, die ihre Schreiber bei der entsprechenden Übung auf dem Wertungsbogen eintragen.
Alle Kommissäre sind für die Wertung voll verantwortlich und haben bei Papierwertung die Wertungsbogen zu unterschreiben.
- c) Nach Ablauf des Fahrprogramms prüft der Obmann die Wertungsbogen alle Kommissärsgruppen. Bei Feststellung offensichtlicher Wertungsfehler müssen diese (möglichst vor Freigabe des nächsten Starts) unter seinem Vorsitz durch Mehrheitsbeschluss berichtigt werden.

8. UNTERBRECHUNG DER WERTUNG

Bei einer Unterbrechung der Wertung, z. B. Radschaden, Verletzung, Erkrankung oder Außeneinwirkung (angezeigt durch Armheben des Sportlers und/oder des Trainers), stellt der Obmann sofort die bereits gefahrene Zeit fest. Er entscheidet bei Radschaden, ob dieser auf ein Verschulden des Sportlers zurückzuführen ist. Ist dies der Fall, so zählt die Reparaturzeit mit zur Fahrzeit.

Ob eine Fortsetzung des Fahrprogramms möglich ist, entscheidet der Obmann. Im Falle einer Verletzung oder Erkrankung ist nötigenfalls ein Arzt zu Rate zu ziehen.

Wird das Fahrprogramm fortgesetzt, so entscheidet bei unverschuldeter Unterbrechung die Jury, welche Abwertungen rückgängig zu machen sind.

9. VERANTWORTUNG DER JURY

Jede Wertung hat unter persönlicher Verantwortung und unbeeinflusst von anderer Seite, nur auf Grundlage dieses Reglements zu erfolgen.

Jeder Kommissär ist zur absoluten Neutralität gegenüber allen Sportlern verpflichtet.

Eine veröffentlichte Wertung ist ein von der gesamten Jury hergestelltes Endergebnis, das von jedem einzelnen Kommissär in Schutz zu nehmen ist.

10. BERECHNUNG DER ERGEBNISSE

Der Gesamtabzug errechnet sich aus dem Abzug der Schwierigkeit und dem Abzug der Ausführung. Der Gesamtabzug, subtrahiert von der Gesamtpunktzahl, ergibt das einzelne Ergebnis.

Das Endergebnis wird durch die Addition der Einzel-Ergebnisse, dividiert durch die Anzahl der Kommissärsgruppen, ermittelt und ist auf zwei Nachkommastellen zu runden.

Erreichen in einer Disziplin mehrere Wettbewerber das gleiche Endergebnis, so entscheidet das bessere Ausführungsergebnis über die Platzierung. Ist auch dieses gleich, so sind diese Wettbewerber alle auf den gleichen Platz zu setzen.

Ergebnisse unter 0 Punkte werden ohne Angaben der Punkte veröffentlicht. Nur die Platzierung, welche sich aus dem tatsächlichen Ergebnis ergibt, wird veröffentlicht.

Der Obmann hat die Berechnung zu überprüfen. Er ist für die Herausgabe des offiziellen Ergebnisses verantwortlich.

11. ERGEBNISLISTEN

Bei allen Wettbewerben muss der Ausrichter nach Abschluss jeder Disziplin eine Ergebnisliste herausgeben.

Die Durchführung der Wertung nach Schwierigkeit und Ausführung erfolgt nur auf der Grundlage dieses Reglements.

A) SCHWIERIGKEITSWERTUNG

Für die Wertung der Schwierigkeit sind maßgebend

- a) die Wertungsformen/Wertungsbogen
- b) die Vorbemerkungen der Übungsverzeichnisse
- c) die Übungs-Erläuterungen
- d) die Figuren-Erläuterungen
- e) die folgenden Bestimmungen der Schwierigkeitswertung

1. Reihenfolge

Die in der Reihenfolge des eingereichten Fahrprogramms ausgelassenen Übungen sind abzuwerten mit 100%.

Beim Verwechseln von Übungen entscheiden die Kommissäre über die gegebenenfalls nötige Abwertung mit Mehrheitsbeschluss.

2. Beginn der Wertung

Sobald sich einer der Sportler innerhalb der Fahrfläche befindet, beginnt die Wertung. Die Sportler präsentieren sich innerhalb der Fahrfläche im Bodenstand.

Das Fahrprogramm beginnt mit dem deutlich vernehmbaren Ruf „Start“;

falls nicht, sind abzuwerten:

- bei Ständdrehungen, 100%,
- bei allen anderen Übungen 50%.

3. Übungsbeginn

Jede Übung beginnt, wenn die dafür vorgeschriebene Stellung eingenommen ist und wenn erforderlich, die entsprechenden Griffverbindungen hergestellt sowie sonstige in den Übungserläuterungen festgelegten Bedingungen erfüllt sind.

Abweichungen sind abzuwerten mit 100%.

Züge beginnen unabhängig vom Abstand zur Fahrflächenbegrenzung, enden aber einen Meter vor der Fahrflächenbegrenzung.

4. Nichterkennbarkeit von Übungen

Alle auf dem Wertungsbogen aufgeführten Übungen sind entsprechend der genannten Angaben zu zeigen. Abweichungen, die zu einem Nichterkennen der Übung führen, sind abzuwerten mit 100%.

5. Wegstrecke

Die Wegstrecke ist die Bezeichnung für den Ablauf einer Übung, welcher in den Vorbemerkungen und/oder Übungs-Erläuterungen der Übungsverzeichnisse und gegebenenfalls in den Figuren-Erläuterungen festgelegt ist.

Alle auf dem Wertungsbogen eingetragenen Übungen sind von der Anfangs- bis zur Endstellung in der angegebenen Fahrweise und Ausführungsart von allen Sportlern gemeinsam über die gesamte Wegstrecke zu zeigen.

- a) Abwertung der Übung, wenn weniger als die Hälfte der Wegstrecke gezeigt wird 100%;
- b) Abwertung der Übung, wenn weniger als 9/10 der Wegstrecke gezeigt wird 50%;
- c) Abwertung der Übung, wenn weniger als die gesamte Wegstrecke gezeigt wird..... 10%.

IV. DURCHFÜHRUNG DER WERTUNG

Bei Zügen ist die Wegstrecke an dem Rad zu messen, das der Fahrflächenbegrenzung am nächsten ist.

Bei Übungen, in denen die Sportler nebeneinander fahren, ist die Wegstrecke an dem jeweils außen fahrenden Sportler zu messen.

6. Angesagte Übungen

Von außerhalb angesagte/angezeigte Übungen werden abgewertet mit 100%.

7. Gleichzeitige Übungsausführung

Wenn das vorgeschriebene gleichzeitige Herstellen und/oder Auflösen von Griffverbindungen am Beginn/Ende von Übungen und oder Übungsteilen nicht gleichzeitig erfolgt, werden abgewertet: 10%.

Erfolgt der letzte Griff, nachdem die zuerst durch Griff verbundenen Sportler 2 Meter gefahren sind, werden abgewertet: 50%.

Erfolgt das Herstellen oder Lösen der Griffverbindungen nicht in Fahrt, wenn dies in den Vorbemerkungen oder Übungserläuterungen gefordert ist, werden abgewertet..... 50%.

Eine zusätzliche Ausführungsabwertung nach Fehlergruppe 1b, Nr. 3 erfolgt dann nicht.

Bei den einzeln anzufahrenden Toringen und Doppeltoringen muss der Ringgriff spätestens unmittelbar im Anschluss an den Torgriff erfolgen. Auch beim Abfahren soll nach dem Lösen des Ringgriffes unmittelbar der Torgriff gelöst werden, sonst Abwertung:..... 50%.

8. Übungen innerhalb des 4-Meter-Kreises

Übungsteile, die laut Übungsbeschreibungen innerhalb des 4-Meter-Kreises zu zeigen sind, werden, wenn sie außerhalb gezeigt werden, abgewertet mit:..... 50%. Ausschlaggebend ist das Zentrum der Übung.

9. Staddrehungen

Tritt oder treten ein oder mehrere Sportler während des Drehens mehr als eine $\frac{1}{4}$ Kurbelumdrehung aus der Ausgangsposition in je eine Richtung, Abwertung:..... 50%.

10. Ende der Fahrzeit

Alle Übungen eines Fahrprogramms müssen innerhalb der Fahrzeit gezeigt werden. Läuft die Fahrzeit vorher ab, ist die entsprechende Wegstreckenabwertung bei der/den betreffenden Übung/Übungen einzutragen.

11. Ende der Wertung

Alle Sportler müssen am Ende Ihrer Vorführung gleichzeitig das Rad verlassen und sich mit einer ordentlichen Präsentation vom Publikum auf der Fahrfläche verabschieden. Hiermit endet die Wertung (auch nach Ende der Fahrzeit).

B) AUSFÜHRUNGSWERTUNG

Für die Ausführungswertung gelten folgende Bestimmungen, die Vorbemerkungen und die Übungserläuterungen der Übungsverzeichnisse sowie die Figurenerläuterungen. Bei der Ausführungswertung sind alle die in den nachfolgend aufgeführten Fehlergruppen enthaltenen Fehler abzuwerten, wenn sie innerhalb eines Fahrprogramms entstehen.

Ausnahmen bilden die Fehlergruppe 1h (vom Betreten bis zum Verlassen der Fahrfläche) und die Fehlergruppen 2 und 3 (vom Betreten der Fahrfläche bis zum Ende der Fahrzeit).

Bodenberührungen, die zur Sportler-Präsentation gehören, dürfen nicht abgewertet werden.

FEHLERGRUPPEN 1a und 1b

Fehler der Fehlergruppen 1a und 1b sind je nach Vorkommen mit dem Fehlerwert 0,2 Punkte, Fehlerzeichen x (X)

– optisch schwach und/oder kurz sichtbar -

oder mit dem Fehlerwert 0,5 Punkte, Fehlerzeichen ~ (Welle)

- optisch stark und/oder länger sichtbar -
abzuwerten.

FEHLERGRUPPEN 1c, 1d, 1e, 1g, 1h

Fehler der Fehlergruppe 1c, 1d, 1e, 1g, 1h sind mit dem Fehlerwert 0,5 Punkte, Fehlerzeichen ~ (Welle) abzuwerten.

FEHLERGRUPPE 1a

Abwertung pro Fehlerart, je Sportler und Übung nur einmal:

- a) Streck- und Positionsfehler bei Armen und/oder Händen;
- b) Armrudern und/oder Armkreisen;
- c) unkorrekte Oberkörperhaltung;
- d) Unsicherheit;
- e) Wandern der 50cm Drehungen;
- f) ruckartiger Tritt.

FEHLERGRUPPE 1b

Abwertung pro Fehlerart und Übung nur einmal:

- a) nicht gleichzeitige Ausführung von Übungen;
- b) ungleich große Kreise bei allen Arten von Wechselrunden;
- c) versetzte Kreise bei allen Arten von Wechselrunden;
- d) schlechte Richtung;
- e) ungleiche Abstände.

FEHLERGRUPPE 1c

Abwertung pro Fehlerart und Übung nur einmal:

- a) nicht oder nur einmaliges Überfahren des 50cm Kreises bei der Wechselrunde.
- b) falsche Positionen auf der Fahrfläche

IV. DURCHFÜHRUNG DER WERTUNG

FEHLERGRUPPE 1d

Abwertung je Sportler nur einmal:

- a) Unkorrekter Abgang vom Rad (auch nach Ende der Fahrzeit).

FEHLERGRUPPE 1e

Abwertung sooft der Fehler vorkommt, nur zwischen den Übungen:

- a) Überfahren der Fahrflächenbegrenzung.

FEHLERGRUPPE 1g

Abwertung vor der ersten und zwischen den Übungen pro Fehlerart nur einmal

- a) Unsicherheit
- b) Streck- und Positionsfehler bei Armen zwischen den Übungen

FEHLERGRUPPE 1h

Abwertung je Sportler und Fehlerart nur einmal

- a) unkorrekte Präsentation vor Beginn der Fahrzeit
- b) unkorrekter Abgang vom Rad nach Ende der Fahrzeit
- c) unkorrekte Präsentation nach Ende der Fahrzeit

FEHLERGRUPPE 2

Fehlerwert 1,0 Punkte, Fehlerzeichen I (Strich).

Abwertung der Fehler je Sportler und pro Fehlerart, so oft sie vorkommen (auch vor der ersten und zwischen den Übungen):

- a) Anfassen und Wiederloslassen anderer Sportler mit einer oder beiden Händen bei entsprechenden Übungen;
- b) Kurze Bodenberührung oder kurzer Bodenstand je Fuß (Dauer höchstens 1 Sekunde);
- c) unerlaubtes Berühren des Partners (nur während der Übungsausführung)

FEHLERGRUPPE 3

Fehlerwert 2,0 Punkte, Fehlerzeichen O (Kreis).

Abwertung der Fehler je Sportler und pro Fehlerart, so oft sie vorkommen (auch vor der 1. und zwischen den Übungen)

- a) Sturz vom Betreten der Fläche bis zum Ende der Fahrzeit
- b) Bodenstand vom Beginn bis zum Ende der Fahrzeit
- c) festhalten an Gegenständen oder Personen, die nicht zur Mannschaft gehören

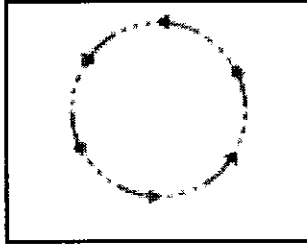
HINWEIS ZU DEN FEHLERGRUPPEN 1 UND 2

Falls Fehler der Fehlergruppen 1 und 2 in unmittelbarer Folge zu Fehlern der Fehlergruppe 3 führen, darf nur die Abwertung der Fehlergruppe 3 vorgenommen werden.

ALLGEMEINES

Nachfolgende Erläuterungen und Zeichnungen haben den Zweck, die in den Übungstabellen vorgeschriebenen Figuren und deren einwandfreie Ausführung zu erklären, soweit dies nicht schon an anderer Stelle geschehen ist.

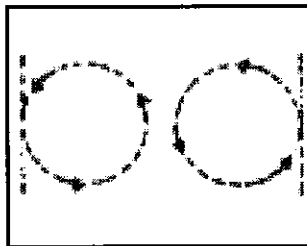
Folgerichtig gelten die Erläuterungen und die Zeichnungen der entsprechenden Figuren für alle Disziplinen, angewandt dann auf die jeweilige Übung und die Anzahl der Sportler.



RUNDE

Um die Runde richtig auszuführen, muss der Mittelkreis außerhalb der Kreismarkierung einmal vollständig umfahren werden.

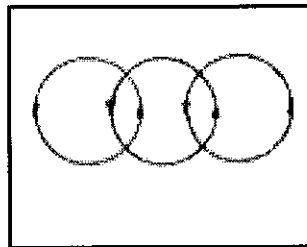
Bei großen Gruppenübungen darf im Mittelkreis gefahren werden, wenn der äußere Sportler der Gruppe so weit außen fährt, dass er bis auf einen halben Meter an die Fahrflächenbegrenzung der Längsseiten herankommt.



DOPPELRUNDE/GEGENRUNDE

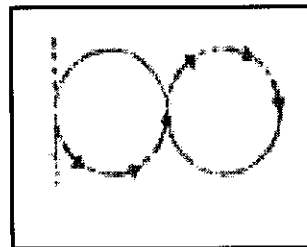
Die Doppelrunde ist richtig ausgeführt, wenn gleichzeitig längs zur Fahrfläche je eine Runde auf einer Fahrflächenhälfte entgegengesetzt gefahren wird. Die Rundendurchmesser müssen mindestens 4 Meter betragen.

Bei den Dreier-Übungen ist der Durchmesser der Doppelrunde am Außensportler zu messen.



WORMSER KREISEL

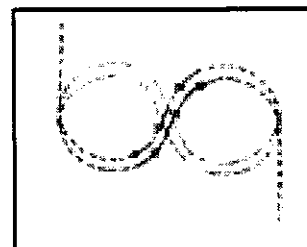
Der Wormser Kreisel ist eine Kombination von Doppelrunde und gleichzeitiger Runde, bestehend aus drei Abteilungen von je zwei Sportlern, die alle einzeln fahren.



WECHSELRUNDE

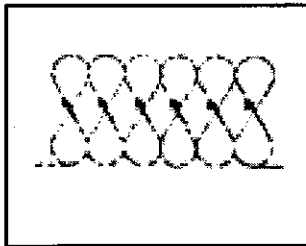
Die Wechselrunde ist richtig ausgeführt, wenn auf der einen Fahrflächenhälfte eine Runde von mindestens 4 Metern Durchmesser links- oder rechtsherum und im direkten Wechsel auf der gegenüberliegenden Fahrflächenhälfte eine zweite Runde von ebenfalls mindestens 4 Metern Durchmesser rechts- oder linksherum gefahren wird.

Es ist möglich, zuerst nur einen Teil der ersten Runde zu fahren, den direkten Wechsel zur zweiten Runde vorzunehmen, diese komplett zu fahren, direkt zur ersten Runde zurückzuwechseln um diese dann zu Ende zu fahren.



GEGENWECHSELRUNDE

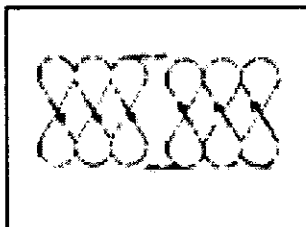
Die Gegenwechselrunde ist richtig ausgeführt, wenn zwei Abteilungen gleichzeitig entgegengesetzt je eine Wechselrunde fahren und die beiden Abteilungen in der Mitte der Figur auf gleicher Höhe sind.



QUERWECHSELRUNDE

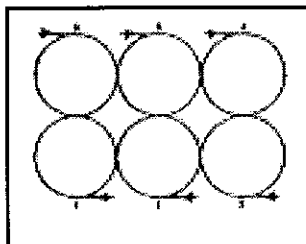
Die Sportler fahren gleichzeitig auf dem Querzug nebeneinander in einwandfreier Richtung kleine Wechselrunden, deren Größe nicht vorgeschrieben ist, die aber gleich groß sein müssen. Die Figur zieht sich von einer Längsseite der Fahrfläche zur gegenüberliegenden und wieder zurück zum Ausgangspunkt.

Bei den Einer-Übungen fährt jeder Sportler für sich, während bei den Zweier-Übungen in 2er Stirnreihe gefahren wird.



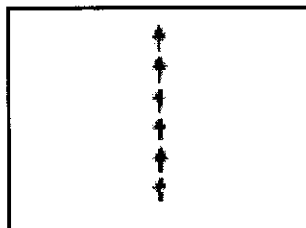
GEGENQUERWECHSELRUNDE

Bei der Gegenquerwechselrunde fahren je drei Sportler einzeln nebeneinander in entgegengesetzter Richtung und in zwei Abteilungen gleichzeitig kleine Wechselrunden, deren Größe nicht vorgeschrieben ist, die aber gleich groß sein müssen. Die Figur zieht sich pro Gruppe von einer Längsseite der Fahrfläche zur gegenüberliegenden und wieder zurück zum Ausgangspunkt, wobei die beiden Gruppen in der Mitte der Fahrfläche zweimal aneinander vorbeifahren.



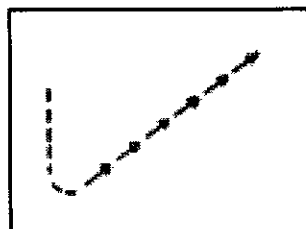
SCHWANEWEDER WECHSELRUNDEN

Bei dieser Figur müssen umlaufend zur Fahrflächenbegrenzung sechs kleine Wechselrunden (Größe nicht vorgeschrieben, müssen aber einheitlich sein) von und zum Ausgangspunkt gleichzeitig so gefahren werden, dass sich jeweils eine Hälfte einer Wechselrunde mit einer Hälfte der anschließenden Wechselrunde überlagert.



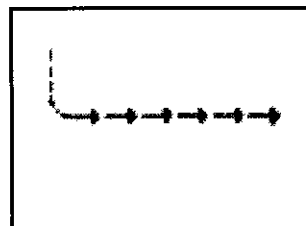
QUERZUG

Der Querzug führt von einer Längsseite der Fahrfläche zur gegenüberliegenden. Die jeweilige Begrenzung zur Fahrflächenmarkierung beträgt 1,0 Meter.



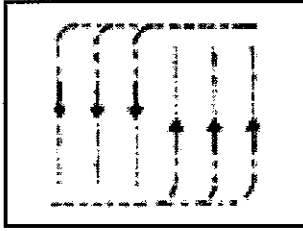
SCHRÄGZUG

Der Schrägzug führt von einer Ecke der Fahrfläche zur schräg gegenüberliegenden. Die jeweilige Begrenzung zur Fahrflächenmarkierung beträgt 1,0 Meter.



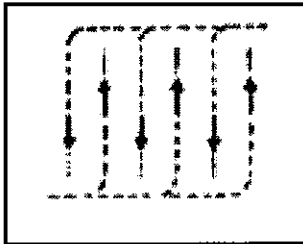
LÄNGSZUG

Der Längszug führt von einer Schmalseite der Fahrfläche zur gegenüberliegenden. Die jeweilige Begrenzung zur Fahrflächenmarkierung beträgt 1,0 Meter.



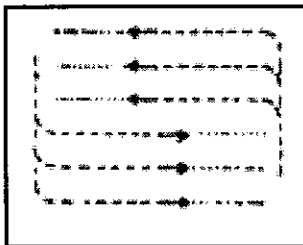
GEGENQUERZUG NEBENEINANDER

Bei dieser Figur fahren zwei Abteilungen im Querzug in entgegengesetzter Richtung in der Mitte des Zuges aneinander vorbei.



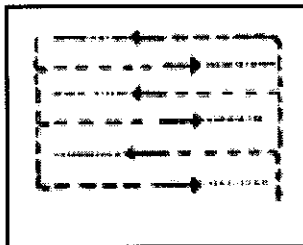
GEGENQUERZUG DURCHEINANDER

Bei dieser Figur fahren zwei Abteilungen mit je drei Sportler einzeln in entgegengesetzter Richtung nebeneinander im Querzug. In der Mitte des Zuges fahren sie dabei durch die Lücken der Gegenabteilung.



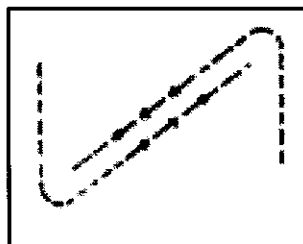
GEGENLÄNGSZUG NEBENEINANDER

Bei dieser Figur fahren zwei Abteilungen im Längszug in entgegengesetzter Richtung in der Mitte des Zuges aneinander vorbei.



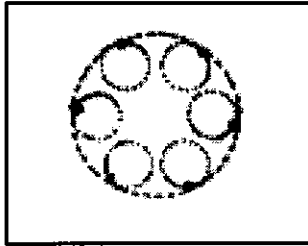
GEGENLÄNGSZUG DURCHEINANDER

Bei dieser Figur fahren zwei Abteilungen mit je drei Sportlern einzeln in entgegengesetzter Richtung nebeneinander im Längszug. In der Mitte des Zuges fahren sie dabei durch die Lücken der Gegenabteilung.



GEGENSCHRÄGZUG

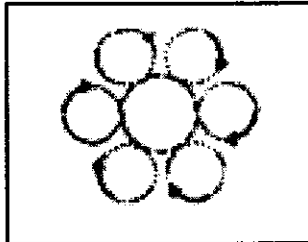
Bei dieser Figur fahren zwei Abteilungen einzeln hintereinander im Schrägzug in entgegengesetzter Richtung aneinander vorbei.



SCHLEIFE/N

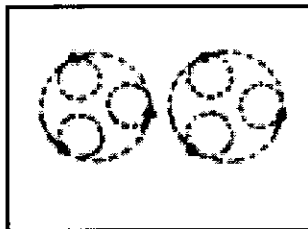
Schleife ist die Bezeichnung für eine kleine Runde, deren Durchmesser nicht vorgeschrieben ist. Die Schleife ist ausgefahren, wenn nach einer Umfahrt der Ausgangspunkt wieder erreicht ist.

Bei den Linksschleifen haben die Sportler beim Vorwärts- und Rückwärtsfahren immer die linke Schulter zum Mittelpunkt der Schleife gerichtet.



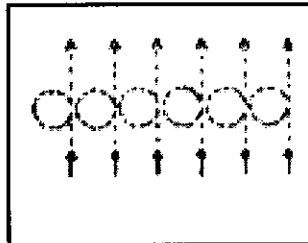
Bei den Rechtsschleifen haben die Sportler beim Vorwärts- und Rückwärtsfahren immer die rechte Schulter zum Mittelpunkt der Schleife gerichtet.

Bei den Einer-Übungen mit 6 Schleifen fährt jeder Sportler für sich eine Schleife, was gleichzeitig im Verlauf der betreffenden Übung zu geschehen hat.



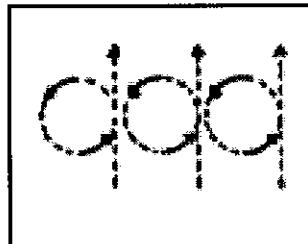
Bei einer Zweier-, Dreier- oder Sechser-Übung mit 6 Schleifen muss im Verlauf der Übung die jeweilige Stirnreihe gleichzeitig und vollständig aufgelöst, von allen Sportlern einzeln gleichzeitig die Schleifen gefahren, gleichzeitig zu den entsprechenden Stirnreihen zurückgegriffen und die Übung zu Ende gefahren werden.

Bei den Einer-Übungen mit 3 Schleifen sind diese gleichzeitig so auszuführen, dass im Verlauf der betreffenden Übung je zwei Sportler hintereinander eine gemeinsame Schleife fahren.

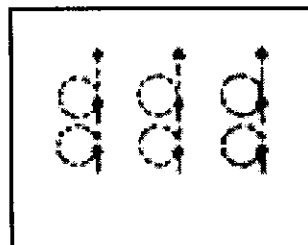


Bei den Zweier-Übungen mit 3 Schleifen muss im Verlauf der betreffenden Übung von den drei Gruppen gleichzeitig je eine Schleife gefahren werden.

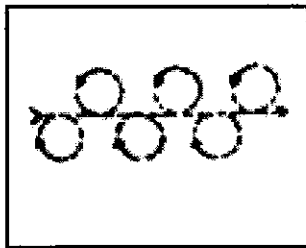
Bei den Sechser-Übungen mit 2 oder 3 Schleifen müssen im Verlauf die entsprechenden Übungen gleichzeitig in drei Zweier- oder zwei Dreier Stirnreihen aufgelöst, gleichzeitig 2 oder 3 Schleifen gefahren, gleichzeitig zur Sechser-Stirnreihe zurückgegriffen und die Übungen zu Ende gefahren werden.



Aus der Vielzahl der Übungen mit Schleifen sind der Reihe nach folgende Zeichnungen abgebildet:

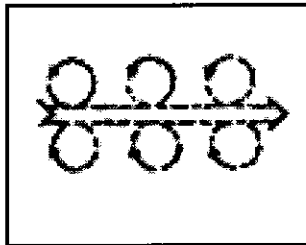


- 6 hinter. Runde 6 Lschl.,
- 6 hinter. Runde 6 Rschl.,
- 3 hinter. Doppelrunde 6 Lschl.,
- 6 neben. Querzug 6 Lschl.,
- 2 hinter. Querzug 3 Lschl.,
- 2 hinter. Querzug 6 Lschl.



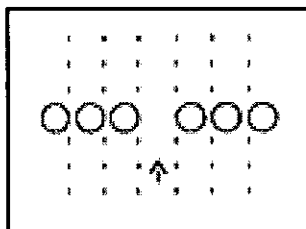
WECHSELSCHLEIFEN

Bei einer entsprechenden Einer-Übung müssen im Verlauf der Übung wechselseitig von drei Sportlern Links- und von drei Sportlern Rechtsschleifen und danach die Übung zu Ende gefahren werden.



Bei einer entsprechenden Zweier-Übung müssen im Verlauf der Übung von den links fahrenden Sportlern Linksschleifen und von den rechts fahrenden Sportlern Rechtsschleifen und danach die Übung zu Ende gefahren werden.

Das Auflösen der Zweier-Stirnreihen, das Ausführen der Schleifen und das Zurückfassen zur 2er Stirnreihe muss gleichzeitig geschehen.



Die Zeichnung zeigt eine Sechser-Übung mit 6 Wechselschleifen. Drei nebeneinander fahrende Sportler fahren Linksschleifen und drei nebeneinander fahrende Sportler fahren Rechtsschleifen.

VORBEREITUNGEN

ALLGEMEINES ZU DEN FAHRPROGRAMMEN

- a) Bei allen Übungen dürfen weder das Einrad, noch der Partner angefasst werden. Ausgenommen sind die durch die Übungserläuterungen festgelegten Griffverbindungen. Während des Programmvortrages dürfen die Räder nicht verlassen werden.
- b) Bei allen Übungen müssen die nicht durch Griff verbundenen Arme (außer bei Torfahrten und Umfahrten) seitlich und waagrecht gestreckt werden. Bei freihändig gefahrenen Passagen müssen während des gesamten Programmvortrages die Arme in einem Winkel von 90 bis 110 Grad vom Körper weggestreckt werden.
- c) Alle Sportler haben während des Programmvortrages eine korrekte Körperhaltung im Sinne des sportlichen Einradfahrens einzunehmen.
- d) Wird in Übungserläuterungen Bezug auf bestimmte Übungen genommen, so handelt es sich hierbei um die in den entsprechenden Übungserläuterungen der jeweiligen Disziplinen beschriebenen Übungsstellungen.

FAHRTRICHTUNG

Alle Übungen, bei denen im Übungstext „rw.“ vermerkt ist, müssen vollständig und zu jedem Zeitpunkt von allen Sportlern rückwärts gefahren werden. Alle Übungen, bei denen im Übungstext nicht „rw.“ vermerkt ist, müssen vollständig und zu jedem Zeitpunkt von allen Sportlern vorwärts gefahren werden. Ausgenommen sind Stern- und Stirnreihen-Drehungen sowie Übungen, bei denen nur ein Übungsteil vor- und der andere rückwärts gefahren oder ein Übungsteil im Stillstand ausgeführt wird.

Bei allen Übungen ist in Gesichtsrichtung gefahren vorwärts.

BEGINN DES FAHRPROGRAMMS

Sobald sich einer der Sportler innerhalb der Fahrfläche befindet, beginnt die Wertung. Die Sportler präsentieren sich innerhalb der Fahrfläche im Bodenstand. Das Fahrprogramm muss mit dem Ruf „Start“ ohne Bodenberührung begonnen werden. Damit beginnt die Zeitnahme.

GRIFFVERBINDUNGEN

Die Griffverbindungen bei den entsprechenden Übungen müssen entweder durch Hand-in-Hand-Griff, Doppelarmgriff, Schultergriff oder Doppelschultergriff hergestellt werden, vorausgesetzt in der entsprechenden Übungs-Erläuterung sind keine anderen Griffverbindungen vorgeschrieben.

Bei allen Sternen, Mühlen und Ringen muss die Griffverbindung durch Hand-in-Hand-Griff hergestellt werden, bei Flügelmühlen nur von dem inneren Sportler.

Alle anderen Griffe sind grundsätzlich verboten.

RUNDE

Für die Bewertung der Runde gilt nur die außerhalb des 4-Meter-Kreises gefahrene Strecke. Die innerhalb dieser Kreisfläche zurückgelegte Strecke muss außerhalb nachgefahren werden.

Bei 6er- Stirnreihen dürfen höchstens 2 Sportler im 4-Meter-Kreis fahren.

WECHSELRUNDE

Die beiden Runden der Wechselrunde sind in einer Größe von mindestens 4 Metern Durchmesser über den 50-cm-Kreis zu fahren. Bei 2er-, 3er-, 4er- und 6er-Übungen ist der Durchmesser am äußeren Sportler zu messen.

LÄNGSZÜGE/QUERZÜGE/SCHRÄGZÜGE

Alle Züge sind 1 Meter von der entsprechenden Fahrflächenbegrenzung bis 1 Meter zur gegenüberliegenden Fahrflächenbegrenzung gerade zu fahren.

ÜBUNGEN MIT SCHLEIFEN

Bei Übungen mit Schleifen müssen die Übungsteile vor und nach den Schleifen mindestens 2 Meter gefahren werden.

FAHRWEISE BESTIMMTER ÜBUNGEN

Steht im Übungstext der Zusatz „angef.“, müssen diese Übungen vollständig von allen Sportlern in der betreffenden Fahrweise mindestens 2 Meter einzeln angefahren und anschließend voll gezeigt werden.

Steht im Übungstext der Zusatz „an- u. abgef.“, müssen diese Übungen vollständig von allen Sportlern in der betreffenden Fahrweise mindestens 2 Meter einzeln angefahren, voll gezeigt und anschließend wieder vollständig von allen Sportlern in der betreffenden Fahrweise mindestens 2 Meter einzeln abgefahren werden.

Die Griffverbindungen und Griffauflösungen müssen bei diesen Übungen gleichzeitig und in Fahrt erfolgen. Beim Hexenkessel, Toring oder Doppeltoring ist es erlaubt, die Griffverbindungen und Griffauflösungen der beiden Übungsteile unmittelbar nacheinander vorzunehmen. Bei allen angefahrenen oder an- und abgefahrenen Übungen muss das Anfahren außerhalb der Übungsfahrspur beginnen. Das Abfahren muss deutlich aus der Übungsfahrspur herausführen. Bei Übungen die innerhalb des 4 m Kreises gefahren werden müssen, muss das Anfahren außerhalb des 4 m Kreises begonnen werden und das Abfahren aus dem 4 m Kreis herausführen.

TORRINGE/DOPPELTORRINGE/TORFAHRTEN

- a) Alle Arten von Torfahrt-Übungen (Ausnahme Schlangenbogentorfahrt und Torfahrtmühlen) beginnen 2 Meter vor der ersten Durchfahrt und enden 2 Meter nach der letzten Durchfahrt. Das Tor steht mindestens, bis die das Tor durchfahrenden Sportler die geforderte Wegstrecke erfüllt haben.
- b) Alle Arten von Doppeltorfahrt-Übungen (Ausnahme Schlangenbogendoppeltorfahrt) beginnen 2 Meter vor der ersten Durchfahrt und enden 2 Meter nach der letzten. Das Tor steht mindestens, bis die das Doppeltor durchfahrenden Sportler die geforderte Wegstrecke erfüllt haben.

50-CM-DREHUNGEN

Die Drehungen sind von den jeweiligen Sportlern auf je einer Fläche von maximal 50 cm Durchmesser gleichzeitig auszuführen. Die Drehungen beginnen, wenn dieser Durchmesser erreicht ist. Es müssen von jedem der entsprechenden Sportler mindestens drei volle zusammenhängende Drehungen gezeigt werden.

STIRNREIHEN-DREHUNGEN

Aus der jeweiligen stehenden Stirnreihe muss nach dem Lösen der Griffverbindung jeder Sportler gleichzeitig und ohne mitzutreten auf dem Standplatz drehen, je nach Übungstext eine halbe oder ganze Drehung. Nach der Drehung muss im Stand sofort die Griffverbindung gleichzeitig wieder hergestellt und in der jeweiligen Stirnreihe noch eine Kurbelumdrehung gefahren werden.

STERNE

Alle Sterne, die einzeln anzufahren sind, gelten als richtig angefahren, wenn die durch Griff verbundenen Sportler nicht mehr als $\frac{1}{2}$ Meter zum Sternstand zu fahren haben. Ausgenommen sind die Sterne, bei denen es im Übungstext „nachein. angef.“ lautet.

Alle Sportler müssen bei den Sternen in der vorgeschriebenen Stellung ruhig stehen, bei Stern-Drehungen nur in der Endstellung.

STERN-DREHUNGEN

Aus der Sternstellung Innenstern oder Außenstern müssen alle Sportler gleichzeitig die Griffverbindung lösen, auf dem Standplatz und ohne mitzutreten eine halbe oder ganze Drehung ausführen, gleichzeitig zum Außenstern oder Innenstern fassen und ruhig stehen.

FLÜGELMÜHLEN/-RINGE/MÜHLEN

Flügelmühlen und -ringe sind um den Fahrflächenmittelpunkt zu zeigen. Die gilt auch für „4er“/ „6er“ Mühlen.

ÜBUNGSTABELLE VIERER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
5001 a 4 hinter. Runde	2,0
b 4 hinter. Runde 4 Lschl.	2,8
5002 a 4 hinter. Runde rw.	3,2
b 4 hinter. Runde 4 Lschl. rw.	4,0
c 4 hinter. Runde 4 Rschl. rw.	4,4
5003 a 4 hinter. Längszug	2,0
b 4 hinter. Längszug 4 Lschl.	2,8
c 4 hinter. Längszug 4 Wschl.	3,0
5004 a 4 hinter. Schrägzug	2,0
b 4 hinter. Schrägzug 4 Wschl.	3,0
5005 a 4 hinter. 8	3,2
b Erlenbacher 8	3,4
5006 a 4 hinter. 8 rw.	4,4
b Erlenbacher 8 rw.	4,6
5011 a 4 neben. Querzug	2,2
b 4 neben. Querzug 4 Lschl.	3,0
c 4 neben. Quer-8	3,4
5012 a 4 neben. Querzug rw.	3,4
b 4 neben. Querzug 4 Lschl. rw.	4,2
c 4 neben. Quer-8 rw.	4,6
5021 a 2 hinter. Doppelrunde	2,0
b 2 hinter. Doppelrunde 4 Lschl.	2,8
5022 a 2 hinter. Doppelrunde rw.	3,2
b 2 hinter. Doppelrunde 4 Lschl. rw.	4,0
5023 a 2 hinter. Längszug rw.	3,2
b 2 hinter. Längszug 2 Lschl. rw.	3,4
c 2 hinter. Längszug 4 Lschl. rw.	4,0
d 2 hinter. Längszug 4 Wschl. rw.	4,2
5024 a 2 hinter. Querzug	2,0
b 2 hinter. Querzug 2 Lschl.	2,2
c 2 hinter. Querzug 4 Lschl.	2,8
5025 a 2 hinter. Querzug rw.	3,2
b 2 hinter. Querzug 2 Lschl. rw.	3,4
c 2 hinter. Querzug 4 Lschl. rw.	4,0
d 2 hinter. Querzug 4 Wschl. rw.	4,2

ÜBUNGSTABELLE VIERER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
5026 a 2 hinter. Gegenlängszug	2,0
5027 a 2 hinter. Gegenschrägzug	2,0
5036 a 2 neben. Gegenlängszug	2,0
b 2 neben. Gegenlängszug 4 Lschl.	2,8
c 2 neben. Gegenlängszug durch.	2,0
d 2 neben. Gegenlängszug durch. 4 Lschl.	2,8
5037 a 2 neben. Gegenlängszug rw.	3,2
b 2 neben. Gegenlängszug durch. rw.	3,4
c 2 neben. Gegenlängszug 4 Lschl. rw.	4,0
5038 a 2 neben. Gegenquerzug	2,0
b 2 neben. Gegenquerzug 4 Lschl.	2,8
c 2 neben. Gegenquerzug durch.	2,0
d 2 neben. Gegenquerzug durch. 4 Lschl.	2,8
e 2 neben. Gegenquer-8	3,4
5039 a 2 neben. Gegenquerzug rw.	3,2
b 2 neben. Gegenquerzug durch. rw.	3,4
c 2 neben. Gegenquerzug 4 Lschl. rw.	4,0
d 2 neben. Gegenquer-8 rw.....	4,6
5046 a Schwaneweder 8 rw.	4,4

ÜBUNGSTABELLE VIERER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
5061 a 2er Runde	0,8
b 2er Runde 2 Lschl.	1,0
c 2er Runde 4 Lschl.	2,8
5062 a 2er Runde rw.	1,6
b 2er Runde 2 Lschl. rw.	1,8
c 2er Runde 4 Lschl. rw.	3,8
5066 a 2er Längszug	0,8
b 2er Längszug 2 Lschl.	1,0
c 2er Längszug 2 Rschl.	1,2
d 2er Längszug 4 Lschl.	2,8
5067 a 2er Längszug 4 Wschl. rw.	4,6
5071 a 2er Querzug	0,8
b 2er Querzug 2 Lschl.	1,0
c 2er Querzug 2 Rschl.	1,2
d 2er Querzug 4 Lschl.	2,8
5072 a 2er Querzug rw.	1,6
b 2er Querzug 2 Lschl. rw.	1,8
c 2er Querzug 4 Lschl. rw.	3,8
5076 a 2er 8	1,2
b 2er Quer-8	1,4
5077 a 2er 8 rw.	2,0
b 2er Quer-8 rw.	2,2
5081 a 2er Gegenlängszug rw.	1,8
b 2er Gegenlängszug 4 Lschl. rw.	4,0
c 2er Gegenquerzug rw.	1,8
d 2er Gegenquerzug 4 Lschl. rw.	4,0
e 2er Gegenquerzug 4 Wschl. rw.	4,2
5082 a 2er Gegen-8	1,4
5083 a 2er Gegen-8 rw.	2,2
5086 a Umfahrt 1 um 1	1,2
5087 a Umfahrt 1 um 1 rw.	2,0

ÜBUNGSTABELLE VIERER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
5091 a Zwei Mühlen	0,8
b Zwei Mühlen angef.	2,0
c Zwei Mühlen an- u. abgef.	2,4
5092 a Zwei Mühlen rw.	1,6
b Zwei Mühlen rw. angef.	2,8
c Zwei Mühlen rw. an- u. abgef.	3,2
5096 a Zwei Innenringe	1,0
b Zwei Innenringe angef.	2,2
c Zwei Innenringe an- u. abgef.	2,6
5097 a Zwei Innenringe rw.	1,8
b Zwei Innenringe rw. angef.	3,0
c Zwei Innenringe rw. an- u. abgef.	3,4

ÜBUNGSTABELLE VIERER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
5111 a 4er Runde.....	1,2
b 4er Runde 2 Lschl.	1,4
c 4er Runde 4 Lschl.	3,4
5112 a 4er Runde rw.....	2,0
b 4er Runde 2 Lschl. rw.....	2,2
c 4er Runde 4 Lschl. rw.....	4,4
5116 a 4er Querzug	1,2
b 4er Querzug 2 Lschl.	1,4
c 4er Querzug 4 Lschl.	3,4
d 4er Querzug 4 Wschl.	3,6
5117 a 4er Querzug rw.	2,0
b 4er Querzug 2 Lschl. rw.	2,2
c 4er Querzug 4 Lschl. rw.	4,4
d 4er Querzug 4 Wschl. rw.	4,6
e 4er Querzug Dreh. rw.	6,0
5121 a Umfahrt 3er um 1	1,4
5122 a Umfahrt 3er um 1 rw.	2,2
5123 a Gegendrehende Aacher Umfahrt.....	2,4
b Gegendrehende Aacher Umfahrt angef.....	3,6
c Gegendrehende Aacher Umfahrt an- u. abgef.....	4,0
5124 a Gegendrehende Aacher Umfahrt rw.....	3,2
b Gegendrehende Aacher Umfahrt rw. angef.....	4,4
c Gegendrehende Aacher Umfahrt rw. an- u. abgef.....	4,8
5126 a Kutsche Runde	1,2
b Kutsche 8	1,4
5131 a Kette Runde	1,2
b Kette 8	1,4
5132 a Kette Runde rw.	2,0
b Kette 8 rw.	2,2
5141 a 2er Flügelmühle	1,0
b 2er Flügelmühle 2er Rschl.	1,4
c 2er Flügelmühle angef.	2,2
d 2er Flügelmühle an- u. abgef.	2,6
5142 a 2er Flügelmühle rw.	1,8
b 2er Flügelmühle 2er Rschl. rw.	2,2
c 2er Flügelmühle rw. angef.	3,0
d 2er Flügelmühle rw. an- u. abgef.	3,4

ÜBUNGSTABELLE VIERER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
5143 a 2er Flügelmühle Mühle 2er Rschl. rw.	3,4
b 2er Flügelmühle Mühle 2er Lschl. rw.	3,0
c 2er Flügelmühle 4 Rschl. rw.	5,0
d 2er Flügelmühle 4 Lschl. rw.	4,6
5146 a 2er Flügelring	1,2
5147 a 2er Flügelring rw.	2,0
5151 a Mühle mit 2 hinter. Runde	1,8
b Innenring mit 2 hinter. Runde	1,8
5152 a Mühle mit 2 hinter. Runde rw.	3,0
b Mühle mit 3 Drehungen rw.	4,6
c Innenring mit 2 hinter. Runde rw.	3,0
5156 a Mühle	1,8
b Mühle angef.	3,0
c Mühle an- u. abgef.	3,4
5157 a Mühle rw.	2,6
b Mühle rw. angef.	3,8
c Mühle rw. an- u. abgef.	4,2
5161 a Hexenkessel	1,8
b Hexenkessel angef.	3,0
c Hexenkessel an- u. abgef.	3,4
5162 a Hexenkessel rw.	2,6
b Hexenkessel rw. angef.	3,8
c Hexenkessel rw. an- u. abgef.	4,2
5166 a Innenring	1,6
b Innenring angef.	2,8
c Innenring an- u. abgef.	3,2
5167 a Innenring rw.	2,4
b Innenring rw. angef.	3,6
c Innenring rw. an- u. abgef.	4,0
5171 a Wechselring	1,8
b Wechselring Innenring	2,2
c Wechselring an- u. abgef.	3,4
5172 a Wechselring rw.	2,6
b Wechselring Innenring rw.	3,0
c Wechselring an- u. abgef. rw.	4,2
5176 a Außenring	2,0
b Außenring angef.	3,2
c Außenring an- u. abgef.	3,6
d Außenring Innenring	2,4

ÜBUNGSTABELLE VIERER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
5177 a Außenring rw.	2,8
b Außenring rw. angef.	4,0
c Außenring rw. an- u. abgef.	4,4
d Außenring Innenring rw.	3,2
5186 a Torfahrt	2,8
b Gegentorfahrt	3,0
c Gegentorfahrt glz.	3,4
5187 a Torfahrt rw.	4,0
b Gegentorfahrt rw.	4,2
c Gegentorfahrt glz. rw.	4,6
d Schleifentorfahrt glz. rw.	4,8
e Mühle Gegentorfahrt glz. rw.	5,2
5191 a Doppeltorfahrt	3,2
5192 a Doppeltorfahrt rw.	4,4
5196 a Schlangenbogentorfahrt	3,4
5197 a Schlangenbogentorfahrt rw.	4,6
5206 a Toring	1,8
b Toring angef.	3,0
c Toring an- u. abgef.	3,4
5207 a Toring rw.	2,6
b Toring rw. angef.	3,8
c Toring rw. an- u. abgef.	4,2
5216 a Innenstern 2er	1,0
b Innenstern 4er	1,4
c Innenstern Innenring eingeschl.	1,0
d Innenstern nachein. angef.	2,2
e Innenstern glz. angef.	2,6
f Innenstern glz. rw. angef.	4,4
5221 a Wechselstern paarweise	1,4
b Wechselstern glz. angef.	3,0
c Wechselstern glz. rw. angef.	4,8
5226 a Außenstern 2er rw.	1,8
b Außenstern 4er rw.	2,2
c Außenstern nachein. rw. angef.	3,4
d Außenstern glz. rw. angef.	3,8
e Außenstern 4 Lschl. glz. rw. angef.	5,0

ÜBUNGSTABELLE VIERER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
5231 a Innenstern ½ Standdrehung	3,6
b Innenstern 1 Standdrehung	4,6
c Außenstern ½ Standdrehung	4,0
d Außenstern 1 Standdrehung	5,0
e Innenstern 1 ½ Standdrehung	5,2
5232 a Altenkesseler Dreh	5,8
5241 a 2er ½ Drehung	2,8
b 2er 1 Drehung	3,8
c 4er ½ Drehung	3,2
d 4er 1 Drehung	4,2

ALLGEMEINE HINWEISE

- Die jeweilige Erläuterung bezieht sich nach ihrer Nummer auf die entsprechende/n Übungsgruppe/n der Übungstabelle Vierer-Einradfahren.
- Bei Zweier-Übungen gelten die entsprechenden Übungs-Erläuterungen für beide Abteilungen.
- Alle Übungen müssen gleichzeitig begonnen und beendet werden.
- Bei bestimmten Übungen sind zu den jeweiligen Übungs-Erläuterungen noch die entsprechenden FIGUREN-ERLÄUTERUNGEN zu beachten, außerdem wird auf die VORBERMerkungen hingewiesen.

5001-5006) 4 HINTEREINANDER

Alle Sportler fahren unmittelbar hintereinander, bei den Runden mit gleichen Abständen. Die jeweiligen Schleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden. Bei der Erlenbacher 8 fahren aus der Gruppe 4 hintereinander nach dem ersten Überfahren des Innenkreises zunächst Sportler 1 und 3 linksherum und Sportler 2 und 4 rechtsherum (oder umgekehrt), so dass zwei Abteilungen entstehen. Im weiteren Verlauf der Übung fährt nun jeder beim Richtungswechsel zur zweiten Runde durch die entsprechende Lücke der Gegenabteilung.

5011-5012) 4 NEBENEINANDER

Alle Sportler fahren mit gleichen Abständen nebeneinander. Die Linksschleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden.

5021-5027) 2 HINTEREINANDER

Je zwei Sportler fahren unmittelbar hintereinander, bei den Doppelrunden mit gleichen Abständen. Bei den Längs- und Querzügen müssen die zwei Abteilungen nebeneinander fahren. Bei den Gegenzügen fahren die beiden Abteilungen aneinander vorbei. Die 2 Linksschleifen müssen von jeder Abteilung im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden. Die 4 Linksschleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden. Die Wechselschleifen sind hier so auszuführen, dass die rechts fahrenden Sportler Rechtsschleifen und die links fahrenden Sportler Linksschleifen fahren.

5036-5039) 2 NEBENEINANDER

Je zwei Sportler fahren mit gleichen Abständen nebeneinander. Bei den Gegenzügen fahren die beiden Abteilungen aneinander vorbei, bei der Ausführung durcheinander dagegen so, dass die Sportler durch die Lücken der Gegenabteilung fahren. Die Linksschleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden.

5046) SCHWANEWEDER WECHSELRUNDE

Von verschiedenen Positionen aus fährt jeder Sportler gleichzeitig eine Wechselrunde (Größe nicht vorgeschrieben, muss aber zu den anderen einheitlich sein), wobei sich je zwei zur Hälfte überlagern.

Von einer Längsseite der Fahrfläche aus gesehen verläuft eine Wechselrunde auf der unteren Fahrflächenseite nach rechts (oder links), eine auf der rechten Fahrflächenseite nach oben (oder unten), eine auf der oberen Fahrflächenseite nach links (oder rechts) und eine auf der linken Fahrflächenseite nach unten (oder oben).

5061-5083) 2er STIRNREIHE

Je zwei Sportler fahren mit Griffverbindung in gleicher Richtung nebeneinander.

Bei den Längszügen und Wechselrunden müssen die beiden Abteilungen unmittelbar und bei den Runden mit gleichen Abständen hintereinander fahren.

Bei den Querszügen und Querwechselrunden müssen die Abteilungen nebeneinander fahren, bei den Gegenzügen und Gegenwechselrunden dagegen aneinander vorbei.

Die 2 Links- oder Rechtsschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung von allen Abteilungen gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die 4 Links- oder Wechselschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung, nach dem Lösen der Griffverbindung, von allen Sportlern gleichzeitig ausgeführt, die Griffverbindung zu der 2er Stirnreihe gleichzeitig wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

Bei der Übung 5067a) sind die Wechselschleifen so auszuführen, dass die rechts fahrenden Sportler Rechtsschleifen und die links fahrenden Sportler Linksschleifen fahren. Bei der Übung 5081e) dagegen umgekehrt.

5086-5087) UMFAHRT 1 UM 1

In der 2er Stirnreihe bleibt ein Sportler stehen. Ohne Handwechsel und ohne den Griff mit ihm zu lösen, fährt sein Partner einmal um ihn herum.

5091-5092) MÜHLEN

Zwei Sportler fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife und sind dabei mit ihren linken Händen durch Griff verbunden.

5096-5097) RINGE

Zwei Sportler fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife und sind dabei mit ihren Händen durch Griff in Ringfassung (linke Hand fasst rechte Hand des Partners) verbunden.

5111-5117) 4er STIRNREIHE

Vier Sportler fahren mit Griffverbindung in gleicher Richtung nebeneinander.

Eine Übung mit 2 Linksschleifen muss im Verlauf der Übung in zwei 2er Stirnreihen aufgelöst, die Schleifen in den Stirnreihen gleichzeitig ausgeführt, zur 4er Stirnreihe zurückgefasst und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die 4 Linksschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung nach dem Lösen der Griffverbindung, von allen Sportlern gleichzeitig ausgeführt, die Griffverbindung zur 4er Stirnreihe wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die 4 Wechselschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung nach dem Lösen der Griffverbindung, von allen Sportlern gleichzeitig ausgeführt werden. Zwei nebeneinander fahrende Sportler fahren Linksschleifen und zwei nebeneinander fahrende Sportler Rechtsschleifen. Nach den Schleifen muss gleichzeitig die Griffverbindung zur 4er Stirnreihe wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die Drehungen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung nach dem Lösen der Griffverbindung, von allen Sportlern nach den Vorbemerkungen 50CM-DREHUNGEN gleichzeitig ausgeführt, die Griffverbindung zur 4er Stirnreihe wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

5121-5122) UMFART 3 UM 1

In der 4er Stirnreihe bleibt ein Sportler stehen. Ohne Handwechsel und ohne den Griff mit ihm zu lösen, fahren seine Partner in der 3er Stirnreihe einmal um ihn herum.

5123-5124) GEGENDREHENDE AACHER UMFART

Zwei Sportler fahren eine Umfahrt 1 um 1, die beiden anderen Sportler einen Ring um den stehenden Sportler der Umfahrt. Ein Übungsteil muss im Uhrzeigersinn, der andere Übungsteil gegen den Uhrzeigersinn gefahren werden. Beide Übungsteile müssen vollständig gezeigt werden und dürfen dabei nicht miteinander verbunden sein.

5126) KUTSCHE

Drei Sportler sind durch Hand-in-Hand-Griff zu einer 3er Stirnreihe verbunden. der mittlere Sportler bleibt etwas zurück, ein vierter Sportler fährt zwischen den beiden äußeren Partnern etwas davor und ist mit diesen ebenfalls durch Hand-in-Hand-Griff verbunden.

5131-5132) KETTE

Vier Sportler fahren im rechts-links-oder links-rechts-Wechsel versetzt hintereinander und sind dabei durch entsprechenden wechselseitigen Hand-in-Hand-Griff verbunden.

5141-5142) 2er FLÜGELMÜHLE

Zwei 2er Stirnreihen fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife, die beiden inneren Sportler sind dabei mit ihren linken Händen durch Griff verbunden.

Steht die Bezeichnung „2 Rschl.“ im Übungstext, müssen im Verlauf der Übung die inneren Sportler die Griffverbindung lösen, die 2er Stirnreihen gleichzeitig je eine Rechtsschleife ausführen, die Griffverbindung zur Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

5143) 2er FLÜGELMÜHLE MÜHLE 2er RSCHL., 2er LSCHL.;4 RSCHL., 4 LSCHL.

Zwei 2er Stirnreihen fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife. Die beiden inneren Sportler sind bei den Übungen mit der Bezeichnung „Rschl.“ im Übungstext mit ihren linken Händen und mit der Bezeichnung „Lschl.“ im Übungstext mit ihren rechten Händen durch Griff verbunden.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „Mühle 2er Rschl.“ oder „Mühle 2er Lschl.“ im Übungstext müssen im Verlauf der Übung die beiden äußeren Sportler die Griffverbindung von den inneren Sportlern lösen und, während diese die 2er Mühle weiterfahren, je nach Übungstext jeder gleichzeitig eine Rechts- oder eine Linksschleife ausführen, die Griffverbindung zur Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

Steht die Bezeichnung „4 Rschl.“ oder „4 Lschl.“ im Übungstext, müssen im Verlauf der Übung alle Sportler die Griffverbindung lösen, je nach Übungstext jeder gleichzeitig eine Rechts- oder eine Linksschleife ausführen, die Griffverbindung zur Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

5146-5147) 2er FLÜGELRING

Zwei 2er Stirnreihen fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife, die beiden inneren Sportler sind dabei wie beim Innenring durch Griff verbunden.

5151-5152) MÜHLE MIT 2 HINTER. RUNDE, 3 DREHUNGEN; INNENRING MIT 2 HINTER. RUNDE

Die Ausgangsstellung der Übungen mit der Bezeichnung „Mühle“ im Übungstext ist die 2er Flügelmühle.

Die Ausgangsstellung der Übungen mit der Bezeichnung „Ring“ im Übungstext ist der 2er Flügelring.

Die äußeren Sportler lösen die Griffverbindung und fahren, während die inneren Sportler die Mühle oder den Ring ausführen, einzeln gegenüber eine Runde um den Mittelkreis, während die Drehungen nach den Vorbemerkungen 50CM-DREHUNGEN auszuführen sind.

Nach der Runde oder den Drehungen muss gleichzeitig zur jeweiligen Ausgangsstellung zurückgekehrt werden.

5156-5157) MÜHLE

Vier Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife, sind dabei nach innen mit ihren linken Händen durch Griff verbunden.

5161-5162) HEXENKESSEL

Drei Sportler fahren um ihren Partner einen Innenring, der mit einem seiner Partner durch Griff verbunden ist und ohne mitzutreten im Stand herumgezogen wird.

5166-5167) INNENRING

Vier Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife und jeder hat dabei mit seiner rechten Hand die linke Hand seines Vordermannes erfasst.

5171-5172) WECHSELRING

Vier Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife. Sportler 1 und 3 haben dabei mit ihren linken Händen die linke Hand und Sportler 2 und 4 mit ihren rechten Händen die rechte Hand ihres jeweiligen Vordermannes gefasst.

Bei den Übungen mit der Bezeichnung „Innenring“ im Übungstext muss nach dem Wechselring von allen Sportlern gleichzeitig und in Fahrt zum Innenring umgegriffen und dieser noch mindestens 2 m gefahren werden. Wird der Innenring als Folgeübung gefahren, integriert sich diese Wegstrecke.

5176-5177) AUSSENRING

Vier Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife und jeder hat dabei mit seiner linken Hand die rechte Hand seines Vordermannes erfasst.

Bei den Übungen mit der Bezeichnung Innenring im Übungstext, muss nach dem Außenring von allen Sportlern gleichzeitig und in Fahrt zum Innenring umgegriffen und dieser noch mindestens 2 m Schleife gefahren werden. Wird der Innenring als Folgeübung gefahren, integriert sich diese Wegstrecke.

5186-5187c) TORFAHRT; GEGENTORFAHRT

Zwei Sportler stehen in der Mühle oder 2er Stirnreihe und bilden so das Tor. Die Griffverbindung des Tores befindet sich über dem Fahrflächenmittelpunkt.

Bei der Torfahrt fahren zwei Sportler auf einer Schleife einzeln gegenüber und nacheinander je zweimal durch das Tor.

Bei der Gegentorfahrt fährt ein Sportler auf je einer Schleife um $\frac{1}{2}$ Wegstrecke versetzt, wechselweise zum Partner der anderen Schleife entgegengesetzt je zweimal durch das Tor.

Bei der Gegentorfahrt glz. fährt ein Sportler auf je einer Schleife mit dem Partner der anderen Schleife gleichzeitig und entgegengesetzt zweimal durch das Tor.

5187d) SCHLEIFENTORFAHRT

Diese Übung muss aus einer stehenden 4er Stirnreihe begonnen werden. Die beiden äußeren Sportler lösen die Griffverbindung und fahren gleichzeitig auf einer Links- und einer Rechtschleife zweimal durch das von den beiden noch stehenden Sportlern gebildete Tor. Das Tor steht auf der Längs- oder Querachse und die Griffverbindung des Tores befindet sich über dem Fahrflächenmittelpunkt steht. Nach der Torfahrt muss die stehende 4er Stirnreihe wiederhergestellt werden.

5187e) MÜHLE GEGENTORFAHRT

Das Tor ist hier eine fahrende Mühle. Es umfährt den Fahrflächenmittelpunkt. Ein Sportler fährt auf je einer Schleife mit dem Partner der anderen Schleife gleichzeitig und entgegengesetzt durch zweimal das fahrende Tor, das dabei mindestens einmal herumfahren muss.

5191-5192) DOPPELTORFAHRT

Drei Sportler bilden durch eine stehende Turbine oder 3er Stirnreihe das Doppeltor, durch das der vierte Sportler auf einer Schleife um den mittleren Sportler des Doppeltores fährt. Beide Tore des Doppeltores sind zweimal zu durchfahren. Das Tor steht auf der Quer- oder Längstachse, wobei der mittlere Sportler auf den

5196-5197) SCHLANGENBOGENTORFAHRT

Entsprechend den Übungen Torfahrt bilden zwei Sportler ein Tor, durch welches die übrigen Sportler in Schlangenbogen einzeln hintereinander hindurchfahren. Die Schlangenbogen beginnen an einer Seite des Tores und führen an die gleiche Stelle zurück.

5206-5207) TORRING

Zwei Sportler stehen in der Mühle oder 2er Stirnreihe und bilden so das Tor auf der Längs- oder Querachse. Die Griffverbindung des Tores befindet sich über dem Fahrflächenmittelpunkt. Die übrigen Sportler fahren einen Innenring um einen Sportler des Tores.

5216) INNENSTERN

Vier Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig um den Fahrflächenmittelpunkt, die Oberkörper zeigen dabei nach innen.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „2er“ im Übungstext muss der Innenstern von außerhalb des Mittelkreises in der 2er Stirnreihe angefahren und gleichzeitig gegriffen werden.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „4er“ im Übungstext muss der Innenstern in der 4er Stirnreihe angefahren und gegriffen werden.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „Innenring“ im Übungstext muss der Innenstern aus dem Innenring heraus, durch Einschlagen der Einräder nach innen, gebildet werden.

5221) WECHSELSTERN

Vier Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig um den Fahrflächenmittelpunkt, je zwei Oberkörper zeigen dabei abwechselnd nach innen und außen.

Der Wechselstern muss außerhalb des Mittelkreises paarweise, je ein Sportler vorwärts und rückwärts, angefahren und gegriffen werden.

5226) AUSSENSTERN

Vier Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig um den Fahrflächenmittelpunkt, die Oberkörper zeigen dabei nach außen.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „2er“ im Übungstext muss der Außenstern von außerhalb des Mittelkreises in der 2er Stirnreihe angefahren und gleichzeitig gegriffen werden.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „4er“ im Übungstext muss der Außenstern in der 4er Stirnreihe angefahren und gegriffen werden.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „4“ Lschl. im Übungstext muss vorher von jedem Sportler gleichzeitig und mit gleichen Abständen auf der Runde eine Linksschleife ausgeführt, zum Außenstern gefahren und gleichzeitig die Griffverbindung hergestellt werden.

5231) INNENSTERN/AUSSENSTERN...

Ausführung dieser Übungen nach den Vorbemerkungen STERN-DREHUNGEN.

5232) ALTENKESSELER DREH.

Vier Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig um den Fahrflächenmittelpunkt, die Oberkörper zeigen dabei nach innen.

Nach dem gleichzeitigen Lösen der Griffverbindung sind außerhalb des 4-m-Kreises mindestens 3 Drehungen nach den Vorbemerkungen „50-cm-Drehungen“ rückwärts fahrend gleichzeitig auszuführen. Danach muss rückwärts zum Außenstern gefahren werden, der gleichzeitig gegriffen werden muss. Die Oberkörper zeigen dabei nach außen.

5241) 2er, 4er DREHUNG

Ausführung dieser Übungen nach den Vorbemerkungen STIRNREIHEN-DREHUNGEN.

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

Übungsnummer/Übungstext	Punktwert
7001 a 6 hinter. Runde	2,2
b 6 hinter. Runde 6 Lschl.	3,0
7002 a 6 hinter. Runde rw.	3,4
b 6 hinter. Runde 6 Lschl. rw.	4,2
7003 a 6 hinter. Längszug	2,2
b 6 hinter. Längszug 6 Lschl.	3,0
c 6 hinter. Längszug 6 Wschl.	3,2
7004 a 6 hinter. Schrägzug	2,2
b 6 hinter. Schrägzug 6 Wschl.	3,2
7005 a 6 hinter. 8	3,4
b Erlenbacher 8	3,6
7006 a 6 hinter 8 rw.	4,6
b Erlenbacher 8 rw.	4,8
7011 a 6 neben. Längszug	2,4
b 6 neben. Längszug 6 Lschl.	3,2
7012 a 6 neben. Querzug	2,4
b 6 neben. Querzug 6 Lschl.	3,2
c 6 neben. Quer-8	3,6
7013 a 6 neben. Querzug rw.	3,6
b 6 neben. Querzug 6 Lschl. rw.	4,4
c 6 neben. Quer-8 rw.	4,8
7016 a 3 hinter. Doppelrunde	2,2
b 3 hinter. Doppelrunde 6 Lschl.	3,0
7017 a 3 hinter. Doppelrunde rw.	3,4
b 3 hinter. Doppelrunde 6 Lschl. rw.	4,2
7018 a 3 hinter. Gegenlängszug	2,2
7019 a 3 hinter. Gegenschrägzug	2,2

Übungsnummer/Übungstext

Punktwert

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7026 a	3 neben. Gegenlängszug	2,2
	b 3 neben. Gegenlängszug 6 Lschl.	3,0
	c 3 neben. Gegenlängszug durch.	2,2
	d 3 neben. Gegenlängszug durch. 6 Lschl.	3,0
7027 a	3 neben. Gegenlängszug rw.	3,4
	b 3 neben. Gegenlängszug durch. rw.	3,6
7028 a	3 neben. Gegenquerzug	2,2
	b 3 neben. Gegenquerzug 6 Lschl.	3,0
	c 3 neben. Gegenquerzug durch.	2,2
	d 3 neben. Gegenquerzug durch. 6 Lschl.	3,0
	e 3 neben. Gegenquer-8	3,6
7029 a	3 neben. Gegenquerzug rw.	3,4
	b 3 neben. Gegenquerzug durch. rw.	3,6
	c 3 neben. Gegenquer-8 rw.	4,8
7036 a	2 hinter. Längszug rw.	3,4
	b 2 hinter. Längszug 3 Lschl. rw.	3,6
	c 2 hinter. Längszug 6 Lschl. rw.	4,2
7037 a	2 hinter. Querzug	2,2
	b 2 hinter. Querzug 3 Lschl.	2,4
	c 2 hinter. Querzug 6 Lschl.	3,0
7038 a	2 hinter. Querzug rw.	3,4
	b 2 hinter. Querzug 3 Lschl. rw.	3,6
	c 2 hinter. Querzug 6 Lschl. rw.	4,2
7046 a	Wormser Kreisel	2,8
7047 a	Wormser Kreisel rw.	4,0
7051 a	Schwaneweder 8 rw.	4,6

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

ZWEIER-ÜBUNGEN

7061 a 2er Runde.....	1,0
b 2er Runde 3 Lschl.	1,2
c 2er Runde 6 Lschl.	3,0
7062 b 2er Runde rw.....	1,8
d 2er Runde 3 Lschl. rw.....	2,0
f 2er Runde 6 Lschl. rw.....	4,0
7066 a 2er Längszug	1,0
b 2er Längszug 3 Lschl.	1,2
c 2er Längszug 3 Rschl.	1,4
d 2er Längszug 6 Lschl.	3,0
7067 a 2er Längszug 6 Wschl. rw.	4,8
7071 a 2er Querzug	1,0
b 2er Querzug 3 Lschl.	1,2
c 2er Querzug 3 Rschl.....	1,4
d 2er Querzug 6 Lschl.	3,0
7072 a 2er Querzug rw.	1,8
b 2er Querzug 3 Lschl. rw.	2,0
c 2er Querzug 6 Lschl. rw.	4,0
7081 a 2er 8	1,4
b 2er Quer-8	1,6
7082 a 2er 8 rw.	2,2
b 2er Quer-8 rw.	2,4
7086 a Umfahrt 1 um 1	1,4
7087 a Umfahrt 1 um 1 rw.	2,2

Übungsnummer Übungstext

Punktwert

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7091 a	Drei Mühlen	1,0
b	Drei Mühlen angef.	2,2
c	Drei Mühlen an- u. abgef.	2,6
7092 a	Drei Mühlen rw.	1,8
b	Drei Mühlen rw. angef.	3,0
c	Drei Mühlen rw. an- u. abgef.	3,4
7096 a	Drei Innenringe	1,2
b	Drei Innenringe angef.	2,4
c	Drei Innenringe an- u. abgef.	2,8
7097 a	Drei Innenringe rw.	2,0
b	Drei Innenringe rw. angef.	3,2
c	Drei Innenringe rw. an- u. abgef.	3,6

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7111 a 3er Runde.....	1,0
b 3er Runde 6 Lschl.	3,0
7112 a 3er Runde rw.....	1,8
b 3er Runde 6 Lschl. rw.....	4,0
7116 a 3er Doppelrunde	1,0
7121 a 3er Querzug	1,0
b 3er Querzug 6 Lschl.	3,0
7126 a 3er Längszug rw.	1,8
b 3er Längszug 6 Lschl. rw.	4,0
c 3er Querzug rw.	1,8
d 3er Querzug 6 Lschl. rw.	4,0
e 3er Gegenlängszug rw.	2,0
f 3er Gegenlängszug 6 Lschl. rw.	4,2
g 3er Gegenquerzug rw.	2,0
h 3er Gegenquerzug 6 Lschl. rw.	4,2
7131 a 3er 8.....	1,4
b 3er Gegen-8	1,6
7132 a 3er 8 rw.	2,2
b 3er Gegen-8 rw.	2,4
7136 a Umfahrt 2er um1	1,4
7137 a Umfahrt 2er um 1 rw.	2,2
7141 a Zwei Kutschen Doppelrunde	1,2
b Zwei Kutschen Gegen-8.....	1,6
7146 a Zwei Ketten Doppelrunde	1,2
b Zwei Ketten Gegen-8	1,6
7147 a Zwei Ketten Doppelrunde rw.	2,0
b Zwei Ketten Gegen-8 rw.	2,4

Übungsnummer/Übungstext

Punktwert

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7151 a	Zwei Turbinen	1,2
b	Zwei Turbinen angef.	2,4
c	Zwei Turbinen an- u. abgef.	2,8
7152 a	Zwei Turbinen rw.	2,0
b	Zwei Turbinen rw. angef.	3,2
c	Zwei Turbinen rw. an- u. abgef.	3,6
d	Zwei Turbinen Dreh. rw. an- u. abgef.	4,2
7161 a	Zwei Mühlen	1,2
b	Zwei Mühlen angef.	2,4
c	Zwei Mühlen an- u. abgef.	2,8
7162 a	Zwei Mühlen rw.	2,0
b	Zwei Mühlen rw. angef.	3,2
c	Zwei Mühlen rw. an- u. abgef.	3,6
7166 a	Zwei Innenringe	1,2
b	Zwei Innenringe angef.	2,4
c	Zwei Innenringe an- u. abgef.	2,8
7167 a	Zwei Innenringe rw.	2,0
b	Zwei Innenringe rw. angef.	3,2
c	Zwei Innenringe rw. an- u. abgef.	3,6
7171 a	Zwei Außenringe	1,6
b	Zwei Außenringe angef.	2,8
c	Zwei Außenringe an- u. abgef.	3,2
d	Zwei Außenringe Innenring	2,0
7172 a	Zwei Außenringe rw.	2,4
b	Zwei Außenringe rw. angef.	3,6
c	Zwei Außenringe rw. an- u. abgef.	4,0
d	Zwei Außenringe Innenring rw.	2,8
7176 a	Zwei Innensterne 3er	1,2
b	Zwei Innensterne glz. angef.	2,8
c	Zwei Innensterne glz. rw. angef.	4,4
7181 a	Zwei Außensterne 3er rw.	2,0
b	Zwei Außensterne glz. rw. angef.	4,4
7186 a	Zwei Innensterne ½ Standdrehung	3,6
b	Zwei Innensterne 1 Standdrehung	4,6
c	Zwei Außensterne ½ Standdrehung	4,0
d	Zwei Außensterne 1 Standdrehung	5,0

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7201 a 6er Runde.....	1,4
b 6er Runde 2 Lschl.	1,6
c 6er Runde 3 Lschl.	1,6
d 6er Runde 6 Lschl.	3,6
7202 a 6er Runde rw.....	2,2
b 6er Runde 2 Lschl. rw.....	2,4
c 6er Runde 3 Lschl. rw.....	2,4
d 6er Runde 6 Lschl. rw.....	4,6
7206 a 6er Querzug	1,4
b 6er Querzug 2 Lschl.	1,6
c 6er Querzug 3 Lschl.	1,6
d 6er Querzug 6 Lschl.	3,6
e 6er Querzug 6 Wschl.	3,8
7207 a 6er Querzug rw.	2,2
b 6er Querzug 2 Lschl. rw.	2,4
c 6er Querzug 3 Lschl. rw.	2,4
d 6er Querzug 6 Lschl. rw.	4,6
e 6er Querzug 6 Wschl. rw.	4,8
f 6er Querzug Dreh. rw.	6,2
7211 a Umfahrt 5er um 1	1,6
7212 a Umfahrt 5er um 1 rw.	2,4
7216 a Kutsche Runde.....	1,4
b Kutsche 8	1,6
7217 a Kutsche Runde rw.....	2,2
b Kutsche 8 rw.....	2,4
7221 a Kutschenmühle	1,4
7222 a Kutschenmühle rw.	2,2

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7226 a Kette Runde	1,4
b Kette 8	1,6
7227 a Kette Runde	1,8
b Kette 8 rw.	2,4
7236 a Torfahrmühle	3,6
b Steinhöringer Torfahrmühle	4,0
7237 a Torfahrmühle rw.	4,8
b Steinhöringer Torfahrmühle rw.	5,2
7246 a 3er Flügelmühle	1,2
b 3er Flügelmühle 2 Rschl.	1,6
c 3er Flügelmühle angef.	2,4
d 3er Flügelmühle an- u. abgef.	2,8
7247 a 3er Flügelmühle rw.	2,0
b 3er Flügelmühle 2 Rschl. rw.	2,4
c 3er Flügelmühle rw. angef.	3,2
d 3er Flügelmühle rw. an- u. abgef.	3,6
7248 a 3er Flügelmühle Mühle 4 Rschl. rw.	3,6
b 3er Flügelmühle Mühle 4 Lschl. rw.	3,2
c 3er Flügelmühle 6 Rschl. rw.	5,2
d 3er Flügelmühle 6 Lschl. rw.	4,8
7256 a 2er Flügelmühle	1,4
b 2er Flügelmühle 3 Rschl.	1,8
c 2er Flügelmühle angef.	2,6
d 2er Flügelmühle an- u. abgef.	3,0
7257 a 2er Flügelmühle rw.	2,2
b 2er Flügelmühle 3 Rschl. rw.	2,6
c 2er Flügelmühle rw. angef.	3,4
d 2er Flügelmühle rw. an- u. abgef.	3,8
7258 a 2er Flügelmühle Mühle 3 Rschl. rw.	3,4
b 2er Flügelmühle Mühle 3 Lschl. rw.	3,0
c 2er Flügelmühle 6 Rschl. rw.	5,0
d 2er Flügelmühle 6 Lschl. rw.	4,6
7261 a 2er Flügelring	1,4
7262 a 2er Flügelring rw.	2,2

Übungsnummer/Übungstext

Punktwert

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7266 a Mühle mit 4 hinter. Runde.....	2,2
b Innenring mit 4 hinter. Runde	2,2
7267 a Mühle mit 4 hinter. Runde rw.....	3,4
b Innenring mit 4 hinter. Runde rw.....	3,4
7271 a Mühle mit 3 hinter. Runde.....	2,0
b Innenring mit 3 hinter. Runde	2,0
7272 a Mühle mit 3 hinter. Runde rw.....	3,2
b Innenring mit 3 hinter. Runde rw.....	3,2
c Mühle mit 3 Dreh. rw.	4,8
7276 a Mühle	2,0
b Mühle angef.	3,2
c Mühle an- u. abgef.	3,6
7277 a Mühle rw.	2,8
b Mühle rw. angef.	4,0
c Mühle rw. an- u- abgef.	4,4
7281 a Hexenkessel	2,0
b Hexenkessel angef.	3,2
c Hexenkessel gegenf. angef.	3,8
d Hexenkessel an- u. abgef.	3,6
e Hexenkessel gegenf. an- u. abgef.	4,2
7282 a Hexenkessel rw.	2,8
b Hexenkessel rw. angef.	4,0
c Hexenkessel gegenf. rw. angef.	4,6
d Hexenkessel rw. an- u. abgef.	4,4
e Hexenkessel gegenf. rw. an- u. abgef.	5,0
7283 a Gegendrehende Aacher Turbine	2,4
b Gegendrehende Aacher Turbine angef.	4,0
c Gegendrehende Aacher Turbine an- u. abgef.	4,4
7284 a Gegendrehende Aacher Turbine rw.....	3,2
b Gegendrehende Aacher Turbine rw. angef.....	4,8
c Gegendrehende Aacher Turbine rw. an- u. abgef.....	5,2

Übungsnummer/Übungstext

Punktwert

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7286 a	Innenring	1,8
	b Innenring angef.	3,0
	c Innenring an- u. abgef.	3,4
7287 a	Innenring rw.	2,6
	b Innenring rw. angef.	3,8
	c Innenring rw. an- u. abgef.	4,2
7291 a	Wechselring	2,0
	b Wechselring Innenring	2,4
	c Wechselring an- u. abgef.	3,6
7292 a	Wechselring rw.	2,8
	b Wechselring Innenring rw.	3,2
	c Wechselring rw. an- u. abgef.	4,4
7296 a	Außenring	2,2
	b Außenring angef.	3,4
	c Außenring an- u. abgef.	3,8
	d Außenring Innenring	2,6
7297 a	Außenring rw.	3,0
	b Außenring rw. angef.	4,2
	c Außenring rw. an- u. abgef.	4,6
	d Außenring Innenring rw.	3,4
7306 a	Torfahrt	3,0
	b Gegentorfahrt	3,2
	c Gegentorfahrt glz.	3,6
7307 a	Torfahrt rw.	4,2
	b Gegentorfahrt rw.	4,4
	c Gegentorfahrt glz. rw.	4,8
	d Schleifentorfahrt glz. rw.	5,0
	e Mühle mit Gegentorfahrt glz. rw.	5,4
7316 a	Doppeltorfahrt	3,6
	b Synchronorfahrt	3,6
7317 a	Doppeltorfahrt rw.	4,8
	b Synchronorfahrt rw.	4,8
7321 a	Schlangenbogentorfahrt	3,6
	b Schlangenbogendoppeltorfahrt	4,0
7322 a	Schlangenbogentorfahrt rw.	4,8
	b Schlangenbogendoppeltorfahrt rw.	5,2

Übungsnummer/Übungstext

Punktwert

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7331 a	Torring	2,0
	b Torring angef.	3,2
	c Torring an- u. abgef.	3,6
7332 a	Torring rw.	2,8
	b Torring rw. angef.	4,0
	c Torring rw. an- u. abgef.	4,4
7341 a	Doppeltorring	2,4
	b Doppeltorring angef.	3,6
	c Doppeltorring an- u. abgef.	4,0
7342 a	Doppeltorring rw.	3,2
	b Doppeltorring rw. angef.	4,4
	c Doppeltorring rw. an- u. abgef.	4,8
7351 a	Innenstern 2er	1,2
	b Innenstern 3er	1,4
	c Innenstern 6er	1,6
	d Innenstern Innenring eingeschl.	1,2
	e Innenstern nachein. angef.	2,4
	f Innenstern glz. angef.	2,8
	g Innenstern glz. rw. angef.	4,6
7356 a	Wechselstern paarweise	1,6
	b Wechselstern glz. angef.	3,0
	c Wechselstern glz. rw. angef.	5,0
7361 a	Außenstern 2er rw.	2,0
	b Außenstern 3er rw.	2,2
	c Außenstern 6er rw.	2,4
	d Außenstern nachein. rw. angef.	3,6
	e Außenstern glz. rw. angef.	4,0
	f Außenstern 6 Lschl. glz. rw. angef.	5,2
7362 a	Außenstern/Gegenseitige Durchfahrt	4,0
	b Innenstern/Gegenseitige Durchfahrt rw.	4,8
7366 a	Innenstern ½ Standdrehung	3,8
	b Innenstern 1 Standdrehung	4,8
	c Außenstern ½ Standdrehung	4,2
	d Außenstern 1 Standdrehung	5,2
7367 a	Altenkesseler Dreh.	6,0

ÜBUNGSTABELLE SECHSER-EINRADFAHREN

7376 a 2er ½ Drehung	3,0
b 2er 1 Drehung	4,0
c 3er ½ Drehung	3,4
d 3er 1 Drehung	4,4
e 6er ½ Drehung	3,8
f 6er 1 Drehung	4,8

ALLGEMEINE HINWEISE

- Die jeweilige Erläuterung bezieht sich nach ihrer Nummer auf die entsprechende/n Übungsgruppe/n der Übungstabelle Sechser-Einradfahren.
- Bei Zweier- und Dreier-Übungen gelten die entsprechenden Übungs-Erläuterungen für alle Abteilungen.
- Alle Übungen müssen gleichzeitig begonnen und beendet werden.
- Bei bestimmten Übungen sind zu den jeweiligen Übungs-Erläuterungen noch die entsprechenden FIGUREN-ERLÄUTERUNGEN zu beachten, außerdem wird auf die VORBEREITUNGEN hingewiesen.

7001-7006) 6 HINTEREINANDER

Alle Sportler fahren unmittelbar hintereinander, bei den Runden mit gleichen Abständen. Die jeweiligen Schleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden. Bei der Erlenbacher 8 fahren aus der Gruppe 6 hintereinander nach dem ersten Überfahren des Innenkreises zunächst Sportler 1, 3 und 5 linksherum und Sportler 2, 4 und 6 rechtsherum (oder umgekehrt), sodass zwei Abteilungen entstehen. Im weiteren Verlauf der Übung fährt nun jeder beim Richtungswechsel zur zweiten Runde durch die entsprechende Lücke der Gegenabteilung.

7011-7013) 6 NEBENEINANDER

Alle Sportler fahren mit gleichen Abständen nebeneinander. Die Linksschleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden.

7016-7019) 3 HINTEREINANDER

Je drei Sportler fahren unmittelbar hintereinander, bei den Doppelrunden mit gleichen Abständen. Bei den Gegenzügen fahren die beiden Abteilungen aneinander vorbei. Die Linksschleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden.

7026-7029) 3 NEBENEINANDER

Je drei Sportler fahren mit gleichen Abständen nebeneinander. Bei den Gegenzügen fahren die beiden Abteilungen aneinander vorbei, bei der Ausführung durcheinander dagegen so, dass die Sportler durch die Lücken der Gegenabteilung fahren. Die Linksschleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden.

7036-7038) 2 HINTEREINANDER

Je zwei Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander. Bei allen Übungen müssen die drei Abteilungen mit gleichen Abständen nebeneinander fahren. Die 3 Linksschleifen müssen von jeder Abteilung im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden. Die 6 Linksschleifen müssen von allen Sportlern im Verlauf der entsprechenden Übung gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden.

7046-7047) WORMSER KREISEL

Je zwei Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Doppelrunde und gleichzeitig dazu zwei Sportler mit gleichen Abständen hintereinander eine Runde um den Mittelkreis. Die Figuren schneiden sich dabei so, dass jeweils zwei Sportler auf der Längsachse der Fahrfläche gleichzeitig links aneinander vorbeifahren, die zuerst aneinander vorbeifahrenden Sportler zweimal.

7051) SCHWANEWEDER WECHSELRUNDE

Von verschiedenen Positionen aus fährt jeder Sportler gleichzeitig eine Wechselrunde, (Größe nicht vorgeschrieben, muss aber zu den anderen einheitlich sein), wobei sich je zwei zur Hälfte überlagern.

Von einer Längsseite der Fahrfläche aus gesehen verlaufen zwei Wechselrunden auf der unteren Fahrflächenhälfte nach rechts (oder links), eine auf der rechten Fahrflächenhälfte nach oben (oder unten), zwei auf der oberen Fahrflächenhälfte nach links (oder rechts) und eine auf der linken Fahrflächenhälfte nach unten (oder oben).

7061-7082) 2er STIRNREIHE

Je zwei Sportler fahren mit Griffverbindung in gleicher Richtung nebeneinander.

Bei den Längszügen und Wechselrunden müssen die Abteilungen unmittelbar und bei den Runden mit gleichen Abständen hintereinander fahren.

Bei den Querszügen und Querwechselrunden müssen die Abteilungen mit gleichen Abständen nebeneinander fahren.

Die 3 Links- oder Rechtsschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung von allen Abteilungen gleichzeitig ausgeführt und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die 6 Links- oder Wechselschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung nach dem Lösen der Griffverbindung von allen Sportlern gleichzeitig ausgeführt, die Griffverbindung zu der 2er Stirnreihe gleichzeitig wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die Wechselschleifen sind hier so auszuführen, dass die rechts fahrenden Sportler Rechtsschleifen und die links fahrenden Sportler Linksschleifen fahren.

7086-7087) UMFAHRT 1 UM 1

In der 2er Stirnreihe bleibt ein Sportler stehen. Ohne Handwechsel und ohne den Griff mit ihm zu lösen, fährt sein Partner einmal um ihn herum.

7091-7092) 3 MÜHLEN

Zwei Sportler fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife und sind dabei mit ihren linken Händen durch Griff verbunden.

7096-7097) 3 INNENRINGE

Zwei Sportler fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife und sind dabei mit ihren Händen durch Griff in Ringfassung (linke Hand fasst rechte Hand des Partners) verbunden.

7111-7132) 3er STIRNREIHE

Je drei Sportler fahren mit Griffverbindung in gleicher Richtung nebeneinander.

Bei den Längszügen, Querzügen und Wechselrunden müssen die Abteilungen unmittelbar und bei den Runden mit gleichen Abständen hintereinander fahren.

Bei den Gegenzügen und Gegenwechselrunden müssen die Abteilungen aneinander vorbeifahren.

Die Linksschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung nach dem Lösen der Griffverbindung von allen Sportlern gleichzeitig ausgeführt, die Griffverbindung zu der 3er Stirnreihe gleichzeitig wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

7136-7137) UMFAHRT 2er UM 1

In der 3er Stirnreihe bleibt ein Sportler stehen. Ohne Handwechsel und ohne den Griff mit ihm zu lösen, fahren seine Partner in der 2er Stirnreihe einmal um ihn herum.

7141) 2 KUTSCHEN

Zwei Sportler sind durch Hand-in-Hand-Griff zur 2er Stirnreihe verbunden. Ein dritter Sportler fährt zwischen seine Partnern etwas davor und ist mit diesen ebenfalls durch Hand-in-Hand-Griff verbunden.

7146-7147) 2 KETTEN

Drei Sportler fahren im Rechts-Links- (oder-Links-Rechts-)Wechsel versetzt hintereinander und sind dabei durch entsprechenden wechselseitigen Hand-in-Hand-Griff verbunden.

7151-7152) 2 TURBINEN; 2 TURBINEN DREHUNGEN

Zwei Sportler sind in Mühle und der dritte Sportler mit einem der Partner in 2er Stirnreihe durch Hand-in-Hand-Griff verbunden. Die beiden äußeren Sportler fahren so eine Schleife und ziehen dabei ihren Partner im Stand einmal herum, der dabei nicht mittreten darf.

Bei der Übung mit der Bezeichnung „Dreh.“ im Übungstext lösen im Verlauf der Übung die beiden äußeren Sportler die Griffverbindung und fahren einzeln gegenüber um ihren Partner, der dabei die Drehungen nach den Vorbemerkungen 50CM-DREHUNGEN ausführt. Danach muss die Griffverbindung zur Turbine wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

7161-7162) 2 MÜHLEN

Drei Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife und sind dabei nach innen mit ihren linken Händen durch Griff verbunden.

7166-7167) 2 INNENRINGE

Drei Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife, jeder hat dabei mit seiner rechten Hand die linke Hand seines Vordermannes gefasst.

7171-7172) 2 AUSSENRINGE

Drei Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife, jeder hat dabei mit seiner linken Hand die rechte Hand seines Vordermannes gefasst.

Bei den Übungen mit der Bezeichnung „Innenring“ im Übungstext muss nach den Außenringen von allen Sportlern gleichzeitig und in Fahrt zu den Innenringen umgegriffen und diese noch mindestens 2 m gefahren werden. Werden die Innenringe als Folgeübung gefahren, integriert sich diese Wegstrecke.

7176) 2 INNENSTERNE

Drei Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig, die Oberkörper zeigen dabei nach innen.

Bei der Übung mit der Bezeichnung „3er“ im Übungstext müssen die Innensterne in der 3er Stirnreihe angefahren und gegriffen werden.

7181) 2 AUSSENSTERNE

Drei Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig, die Oberkörper zeigen dabei nach außen.

Bei der Übung mit der Bezeichnung „3er“ im Übungstext müssen die Außensterne in der 3er Stirnreihe angefahren und gegriffen werden.

7186) 2 INNENSTERNE/STANDDREHUNGEN

Ausführung dieser Übungen nach den Vorbemerkungen STERN-DREHUNGEN

7201-7207) 6er STIRNREIHE

Sechs Sportler fahren mit Griffverbindung in gleicher Richtung nebeneinander.

Eine Übung mit 2 oder 3 Linksschleifen muss im Verlauf der Übung in zwei 3er Stirnreihen oder drei 2er Stirnreihen aufgelöst, die Schleifen in den entsprechenden Stirnreihen gleichzeitig ausgeführt, zur 6er Stirnreihe zurückgefasst und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die 6 Linksschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung, nach dem Lösen der Griffverbindung von allen Sportlern gleichzeitig ausgeführt, die Griffverbindung zur 6er Stirnreihe wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die 6 Wechselschleifen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung nach dem Lösen der Griffverbindung von allen Sportlern gleichzeitig ausgeführt werden. Drei nebeneinander fahrende Sportler fahren mit gleichen Abständen Linksschleifen und drei nebeneinander fahrende Sportler Rechtsschleifen. Nach den Schleifen muss gleichzeitig die Griffverbindung zur 6er Stirnreihe wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

Die Drehungen müssen im Verlauf der entsprechenden Übung nach dem Lösen der Griffverbindung von allen Sportlern nach den Vorbemerkungen 50CM-DREHUNGEN gleichzeitig ausgeführt, die Griffverbindung zur 6er Stirnreihe wiederhergestellt und die Übung zu Ende gefahren werden.

7211-7212) UMFAHRT 5 UM 1

In der 6er Stirnreihe bleibt ein Sportler stehen. Ohne Handwechsel und ohne den Griff mit ihm zu lösen, fahren seine Partner in einer 5er Stirnreihe einmal um ihn herum.

7216-7217) KUTSCHE

Fünf Sportler sind durch Hand in Hand-Griff zu einer 5er Stirnreihe verbunden. Der mittlere Sportler bleibt zurück und die beiden rechten und linken Sportler fahren jeweils auf einer Spur hintereinander. Ein sechster Sportler fährt zwischen den beiden vorderen Partnern etwas davor und ist mit diesen ebenfalls durch Hand-in-Hand-Griff verbunden.

7221-7222) KUTSCHENMÜHLE

Zwei 2 Kutschen fahren in entgegengesetzter Richtung gegenüber eine Schleife und die inneren Sportler sind dabei durch Griff verbunden.

7226-7227) KETTE

Sechs Sportler fahren im Rechts-Links-(oder Links-Rechts-)Wechsel versetzt hintereinander und sind dabei durch entsprechenden wechselseitigen Hand-in-Hand-Griff verbunden.

7236-7237) TORFAHRTMÜHLE; STEINHÖRINGER TORFAHRTMÜHLE

Vier Sportler fahren eine Flügelmühle und zwei Sportler eine Doppelrunde.

Bei der normalen Torfahrmühle müssen die einzeln fahrenden Sportler gleichzeitig auf der Längsachse der Fahrfläche je zweimal durch das jeweils äußere Tor der Flügelmühle und bei der Steinhöringer Torfahrmühle dagegen auf der Längsachse der Fahrfläche einmal gleichzeitig durch das innere Tor und einmal gleichzeitig durch das jeweils äußere Tor der Flügelmühle fahren.

7246-7247) 3er FLÜGELMÜHLE

Zwei 3er Stirnreihen fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife, die beiden inneren Sportler sind dabei mit ihren linken Händen durch Griff verbunden.

Steht die Bezeichnung „2 Rschl.“ im Übungstext müssen im Verlauf der Übung die inneren Sportler die Griffverbindung lösen, die 3er Stirnreihen gleichzeitig je eine Rechtsschleife ausführen, die Griffverbindung zur 3er Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

7248) 3er FLÜGELMÜHLE MÜHLE 4 RSCHL., 4 LSCHL.;6 RSCHL., 6 LSCHL.

Zwei 3er Stirnreihen fahren in entgegengesetzter Richtung gemeinsam gegenüber eine Schleife. Die beiden inneren Sportler sind bei den Übungen mit der Bezeichnung „Rschl.“ im Übungstext mit ihren linken Händen und mit der Bezeichnung Lschl. im Übungstext, mit ihren rechten Händen durch Griff verbunden.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „Mühle 4 Rschl.“ oder „Mühle 4 Lschl.“ im Übungstext, müssen im Verlauf der Übung auf beiden Seiten je zwei Sportler die Griffverbindung untereinander und auch von den inneren Sportlern lösen und, während diese die Mühle weiterfahren, je nach Übungstext jeder gleichzeitig eine Rechts- oder eine Linksschleife ausführen, die Griffverbindung zur 3er Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

Steht die Bezeichnung „6 Rschl.“ oder „6 Lschl.“ im Übungstext, müssen im Verlauf der Übung alle Sportler die Griffverbindung lösen, je nach Übungstext jeder gleichzeitig eine Rechts- oder eine Linksschleife ausführen, die Griffverbindung zur 3er Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

7256-7257) 2er FLÜGELMÜHLE

Drei 2er Stirnreihen fahren in gleichen Abständen hintereinander gemeinsam eine Schleife, die drei inneren Sportler sind dabei mit ihren linken Händen nach innen durch Griff verbunden.

Steht die Bezeichnung „3 Rschl.“ im Übungstext, müssen im Verlauf der Übung die inneren Sportler die Griffverbindung lösen, die 2er Stirnreihen gleichzeitig je eine Rechtsschleife ausführen, die Griffverbindung zur 2er Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

7258) 2er FLÜGELMÜHLE MÜHLE 3 RSCHL., 3 LSCHL.;6 RSCHL., 6 LSCHL.

Drei 2er Stirnreihen fahren in gleichen Abständen hintereinander gemeinsam eine Schleife. Die drei inneren Sportler sind bei den Übungen mit der Bezeichnung „Rschl.“ im Übungstext mit ihren linken Händen und mit der Bezeichnung „Lschl.“ im Übungstext mit ihren rechten Händen nach innen durch Griff verbunden.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „Mühle 3 Rschl.“ oder „Mühle 3 Lschl.“ im Übungstext müssen im Verlauf der Übung die drei äußeren Sportler die Griffverbindung von den inneren Sportlern lösen und, während diese die Mühle weiterfahren, je nach Übungstext jeder gleichzeitig eine Rechts- oder eine Linksschleife ausführen, die Griffverbindung zur 3er Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

Steht die Bezeichnung „6 Rschl.“ oder „6 Lschl.“ im Übungstext, müssen im Verlauf der Übung alle Sportler die Griffverbindung lösen, je nach Übungstext jeder gleichzeitig eine Rechts- oder eine Linksschleife ausführen, die Griffverbindung zur 2er Flügelmühle wiederherstellen und die Übung zu Ende fahren.

7261-7262) 2er FLÜGELRING

Drei 2er Stirnreihen fahren in gleichen Abständen hintereinander gemeinsam eine Schleife, die drei inneren Sportler sind dabei wie beim Innenring durch Griff verbunden.

7266-7267) MÜHLE MIT 4 HINTERRUNDE; INNENRING MIT 4 HINTERRUNDE

Die Ausgangsstellung der Übungen mit der Bezeichnung „Mühle“ im Übungstext ist die 3er Flügelmühle.

Die Ausgangsstellung der Übungen mit der Bezeichnung „Ring“ im Übungstext ist ein 3er Flügelring (wie eine 3er Flügelmühle nur innen mit Ringgriff).

Auf beiden Seiten lösen je zwei Sportler die Griffverbindung von ihren mittleren Partnern sowie auch untereinander und fahren, während die inneren Sportler die Mühle oder den Ring ausführen, mit gleichen Abständen einzeln hintereinander eine Runde um den Mittelkreis.

Nach der Runde muss gleichzeitig zur jeweiligen Ausgangsstellung zurückgekehrt werden.

7271-7272) MÜHLE MIT 3 HINTER, RUNDE, 3 DREHUNGEN; INNENRING MIT 3 HINTER, RUNDE

Die Ausgangsstellung der Übungen mit der Bezeichnung „Mühle“ im Übungstext ist die 2er Flügelmühle.

Die Ausgangsstellung der Übungen mit der Bezeichnung „Ring“ im Übungstext ist der 2er Flügelring.

Die äußeren Sportler lösen die Griffverbindung und fahren, während die inneren Sportler die Mühle oder den Ring ausführen, mit gleichen Abständen einzeln hintereinander eine Runde um den Mittelkreis, während die Drehungen nach den Vorbemerkungen 50CM-DREHUNGEN auszuführen sind.

Nach der Runde oder den Drehungen muss gleichzeitig zur jeweiligen Ausgangsstellung zurückgekehrt werden.

7276-7277) MÜHLE

Sechs Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife und sind dabei nach innen mit ihren linken Händen durch Griff verbunden.

7281-7282) HEXENKESSEL

Je nach Übung stehen oder fahren zwei Sportler im Ring, um den ihre Partner zu viert einen Innenring fahren.

Steht die Bezeichnung „gegenf.“ im Übungstext, muss der Ring in der Mitte entgegengesetzt zum Innenring außen gefahren werden. Bei allen anderen Übungen muss der Innenring in der Mitte im Stand ausgeführt werden.

7283-7284) GEGENDREHENDE AACHER TURBINE

Drei Sportler fahren eine Turbine, die drei anderen Sportler einen Ring um den mittleren Sportler der Turbine. Ein Übungsteil muss im Uhrzeigersinn, der andere Übungsteil gegen den Uhrzeigersinn gefahren werden. Beide Übungsteile müssen vollständig gezeigt werden und dürfen dabei nicht miteinander verbunden sein.

7286-7287) INNENRING

Sechs Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife, jeder hat dabei mit seiner rechten Hand die linke Hand seines Vordermannes erfasst.

7291-7292) WECHSELRING

Sechs Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife. Sportler 1, 3 und 5 haben dabei mit ihren linken Händen die linke Hand und Sportler 2, 4 und 6 mit ihren rechten Händen die rechte Hand ihres jeweiligen Vordermannes erfasst.

Bei den Übungen mit der Bezeichnung „Innenring“ im Übungstext muss nach dem Wechselring von allen Sportlern gleichzeitig und in Fahrt zum Innenring umgegriffen und dieser noch mindestens 2 m gefahren werden. Wird der Innenring als Folgeübung gefahren, integriert sich diese Wegstrecke.

7296-7297) AUSSENRING

Sechs Sportler fahren mit gleichen Abständen hintereinander eine Schleife, jeder hat dabei mit seiner linken Hand die rechte Hand seines Vordermannes erfasst.

Bei den Übungen mit der Bezeichnung „Innenring“ im Übungstext muss nach dem Außenring von allen Sportlern gleichzeitig und in Fahrt zum Innenring umgegriffen und dieser noch mindestens 2 m gefahren werden. Wird der Innenring als Folgeübung gefahren, integriert sich diese Wegstrecke.

7306-7307c) TORFAHRT; GEGENTORFAHRT

Zwei Sportler stehen in der Mühle oder 2er Stirnreihe und bilden so das Tor.

Bei der Torfahrt fahren vier Sportler auf einer Schleife mit gleichen Abständen einzeln und nacheinander durch je zweimal durch das Tor.

Bei der Gegentorfahrt fahren zwei Sportler auf je einer Schleife einzeln gegenüber und dabei um $\frac{1}{4}$ Wegstrecke versetzt, wechselweise zu dem jeweiligen Partner der anderen Schleife entgegengesetzt je zweimal durch das Tor.

Bei der Gegentorfahrt glz. fahren zwei Sportler auf je einer Schleife einzeln gegenüber und dabei mit dem Partner der anderen Schleife gleichzeitig und entgegengesetzt je zweimal durch das Tor.

7307d) SCHLEIFENTORFAHRT

Diese Übung muss aus einer stehenden 6er Stirnreihe begonnen werden. Auf beiden Seiten lösen je zwei Sportler die Griffverbindung von ihren mittleren Partnern und auch untereinander, fahren gleichzeitig auf einer Links- und einer Rechtsschleife einzeln gegenüber und dabei mit dem jeweiligen Partner der anderen Schleife gleichzeitig je zweimal durch das von den beiden noch stehenden Sportlern gebildete Tor. Das Tor steht auf der Längs- oder Querachse und die Griffverbindung des Tores befindet sich über dem Fahrflächenmittelpunkt.

Nach der Torfahrt muss die stehende 6er Stirnreihe wiederhergestellt werden.

7307e) MÜHLE GEGENTORFAHRT

Das Tor ist hier eine fahrende Mühle. Es umfährt den Fahrflächenmittelpunkt. Bei dieser Übung fahren je zwei Sportler auf je einer Schleife einzeln gegenüber und dabei mit dem Partner der anderen Schleife gleichzeitig und entgegengesetzt je zweimal durch das fahrende Tor, das dabei mindestens einmal herumfahren und sich nach jeder Durchfahrt mindestens um die Hälfte weiterbewegen muss.

7316-7317) DOPPELTORFAHRT; SYNCHRONTORFAHRT

Drei Sportler bilden durch eine stehende Turbine oder 3er Stirnreihe das Doppeltor. Das Doppeltor steht auf der Längs- oder Querachse, wobei der mittlere Sportler auf dem Fahrflächenmittelpunkt steht.

Bei der Doppeltorfahrt fahren drei Sportler mit gleichen Abständen auf einer Schleife einzeln nacheinander um den mittleren Sportler des Doppeltores. Beide Tore des Doppeltores sind je zweimal zu durchfahren.

Bei der Synchrontorfahrt fährt je ein Sportler auf einer Schleife in gleicher Richtung um je einen Sportler des Doppeltores. Jeder Sportler muss mindestens zweimal durch ein Tor des Doppeltores fahren.

7321-7322) SCHLANGENBOGENTORFAHRT; -DOPPELTORFAHRT

Entsprechend den Übungen Torfahrt oder Doppeltorfahrt bilden zwei oder drei Sportler ein Tor oder Doppeltor, durch welches die übrigen Sportler in Schlangenbogen einzeln hintereinander hindurchfahren. Die Schlangenbogen beginnen an einer Seite des Tores und führen an die gleiche Stelle zurück.

7331-7332) TORRING

Zwei Sportler stehen in der Mühle oder 2er Stirnreihe und bilden so auf der Längs- oder Querachse das Tor. Die Griffverbindung des Tores befindet sich über dem Fahrflächenmittelpunkt. Die übrigen Sportler fahren einen Innenring um einen Sportler des Tores.

7341-7342) DOPPELTORRING

Drei Sportler stehen in der Turbine oder 3er Stirnreihe und bilden so das Doppeltor. Das Doppeltor steht auf der Längs- oder Querachse, wobei der mittlere Sportler auf dem Fahrflächenmittelpunkt steht. Die übrigen Sportler fahren einen Innenring um den mittleren Sportler des Doppeltores.

7351) INNENSTERN

Sechs Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig um den Fahrflächenmittelpunkt, die Oberkörper zeigen dabei nach innen.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „2er“ oder „3er“ im Übungstext muss der Innenstern von außerhalb des Mittelkreises, je nach Übungstext in der 2er Stirnreihe oder 3er Stirnreihe angefahren und gleichzeitig gegriffen werden.

Bei der Übung mit der Bezeichnung „6er“ im Übungstext muss der Innenstern in der 6er Stirnreihe angefahren und gegriffen werden.

Bei der Übung mit der Bezeichnung Innenring im Übungstext, muss der Innenstern aus dem Innenring heraus durch Einschlagen der Einräder nach innen gebildet werden.

7356) WECHSELSTERN

Sechs Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig um den Fahrflächenmittelpunkt, je drei Oberkörper zeigen dabei abwechselnd nach innen und außen.

Der Wechselstern muss außerhalb des Mittelkreises paarweise, je ein Sportler vorwärts und rückwärts, angefahren und gegriffen werden.

7361) AUSSENSTERN

Sechs Sportler stehen untereinander durch Griff verbunden mit gleichen Abständen sternförmig um den Fahrflächenmittelpunkt, die Oberkörper zeigen dabei nach außen.

Bei einer Übung mit der Bezeichnung „2er“ oder „3er“ im Übungstext muss der Außenstern von außerhalb des Mittelkreises, je nach Übungstext in der 2er Stirnreihe oder 3er Stirnreihe angefahren und gleichzeitig gegriffen werden.

Bei der Übung mit der Bezeichnung „6er“ im Übungstext muss der Außenstern in der 6er Stirnreihe angefahren und gegriffen werden.

Bei der Übung mit der Bezeichnung „6 Lschl.“ im Übungstext muss vorher von jedem Sportler gleichzeitig und mit gleichen Abständen auf der Runde eine Linksschleife ausgeführt, zum Außenstern gefahren und gleichzeitig die Griffverbindung hergestellt werden.

7362) AUSSENSTERN, INNENSTERN/GEGENSEITIGE DURCHFahrt

Ausgangsstellung ist die 6er Stirnreihe. Sportler 1 fährt durch das Tor von Sportler 2 und 3, anschließend fahren Sportler 1 und 2 durch das Tor das von Sportler 3 und 4. Gleichzeitig dazu fährt Sportler 6 durch das Tor von Sportler 5 und 4, anschließend Sportler 6 und 5 durch das Tor von Sportler 4 und 3. Nach den Durchfahrten bilden sich nach Herstellen der Griffverbindung zwischen Sportler 1 und 6 den entsprechenden Stern. Diese Übungen müssen von der Anfangs- bis zur Endstellung fahrend und ohne lösen der Griffverbindungen gezeigt werden. Dazu ist es erforderlich, dass die Sportler 2 bis 5 sich bei den entsprechenden Durchfahrten drehen.

7366) INNENSTERN / STANDDREHUNGEN

Ausführung dieser Übungen nach den Vorbemerkungen STERN-DREHUNGEN

7367) ALTENKESSELER DREHUNGEN

Sechs Sportler stehen, untereinander durch Griff verbunden, mit gleichen Abständen sternförmig um den Fahrflächenmittelpunkt, die Oberkörper zeigen dabei nach innen. Nach dem gleichzeitigen Lösen der Griffverbindung sind außerhalb des 4-m-Kreises mindestens 3 Drehungen nach den Vorbemerkungen „50-cm-Drehungen“ rückwärts fahrend gleichzeitig auszuführen. Danach muss rückwärts zum Außenstern gefahren werden, der gleichzeitig gegriffen werden muss. Die Oberkörper zeigen dabei nach außen.

7376) 2ER, 3ER, 6ER DREHUNG

Ausführung dieser Übungen nach den Vorbemerkungen STIRNREIHEN-DREHUNGEN.