

## NOTIZEN:

### DSV-Bundesstützpunktvergleich 15.11.2019 - 17.11.2019 in Aachen

**Veranstalter** Deutscher Schwimm-Verband e.V.  
**Ausrichter** SV Neptun 1910 Aachen e.V.  
**Wettkampfort** Schwimmhalle West, Ulla-Klinger-Halle, Händelstrasse 14, 52070 Aachen  
**Wettkampfleiter** Johann Schartner **Telefon:** 0176/84678834 **E-Mail:** [j.schartner@atempi.de](mailto:j.schartner@atempi.de)

#### Wettkampffolge:

##### Freitag, 15.11.2019

**09:30 Uhr** Landwettkämpfe L1 – L11  
**15:00 Uhr** Turmspringen männlich Jahrgang 2009  
Kunstspringen 1 Meter + 3 Meter weiblich Jahrgang 2009

##### Samstag, 16.11.2019

**09:30 Uhr** Kunstspringen 1 Meter + 3 Meter männlich Jahrgang 2008  
Turmspringen weiblich Jahrgang 2008  
Kunstspringen 1 Meter + 3 Meter männlich Jahrgang 2009  
Turmspringen weiblich Jahrgang 2009

##### Sonntag, 17.11.2019

**09:30 Uhr** Kunstspringen 1 Meter + 3 Meter weiblich Jahrgang 2008  
Turmspringen männlich Jahrgang 2008

**Wettkampfablauf** Der Zeitplan wird nach der Meldeöffnung mit dem Meldeergebnis veröffentlicht.  
**Einspringen** Die Einspringzeiten werden mit dem Meldeergebnis bekannt gegeben.  
**Wettkampfprogramm Wasserbereich** **Die Zehnjährigen führen (Jg. 2009)** einen kombinierten Wettkampf vom 1m-Brett (3 Sprünge aus verschiedenen Gruppen) und 3m-Brett (3 Sprünge aus verschiedenen Gruppen) durch. (Diese 6 Sprünge müssen 4 verschiedene Sprunggruppen nachweisen. Gleiche Sprungnummern sind nicht zugelassen.)  
**und** einen Turmwettkampf (nur 5m) mit 4 festgelegten Sprüngen durch. 010c, 020b (SKG aus der Nachwuchstabelle), 401b, 103c  
**+ 1 Kürsprung** (aus der FINA-Tabelle) Gleiche Sprungnummern sind nicht zugelassen.  
**Die Elfjährigen führen (Jg. 2008)** einen kombinierten Wettkampf vom 1m-Brett (**3 Sprünge** aus verschiedenen Gruppen) und 3m-Brett (**4 Sprünge** aus verschiedenen Gruppen) durch. (Diese 7 Sprünge müssen alle 5 Sprunggruppen nachweisen. Gleiche Sprungnummern sind nicht zugelassen.)  
**und** einen Turmwettkampf (nur 5m) durch.  
**3 Sprünge** aus verschiedenen Gruppen (5,4 max. Gesamt-SKG)  
**+ 2 Sprünge** aus verschiedenen Gruppen (alle 5 Sprünge aus der FINA-Tabelle) (Diese 5 Sprünge müssen 4 verschiedene Sprunggruppen nachweisen. Die Handstandgruppe **muss** gezeigt werden. Gleiche Sprungnummern sind nicht zugelassen.)

### 1. Wettkampfbestimmungen

Es gelten die Wettkampfbestimmungen (WB), die Rechtsordnung und die Anti-Doping-Ordnung des Deutschen Schwimm-Verbandes (DSV).

### 2. Teilnahmeberechtigung

Die Wettkämpfe sind offen für die Bundesstützpunkte (einschließlich der ihnen angeschlossenen Landesleistungsstützpunkte) sowie für Vereine außerhalb der Bundesstützpunkte. **Jeder Teilnehmer muss im Lizenzregister des DSV eingetragen und im Besitz einer Registriernummer sein.**

Springer/innen, die einem DSV-Verbandsstützpunkt angehören, der einem Bundesstützpunkt zugeordnet ist, können sowohl in der Mannschaft des BSP als auch in der Mannschaft des DSV-Verbandsstützpunktes starten. **Vorrang hierbei hat jedoch die Teilnahme in der Bundesstützpunktmannschaft. Die Sportler dürfen jedoch nur für eine Mannschaft starten!**

**Es können nur Sportlerinnen und Sportler teilnehmen, die in ALLEN Teilbereichen (Land, 1m/3m, Turm) des Wettkampfes starten.**

Die DSV-Verbandsstützpunkte können sich auch zu einem oder mehreren gemeinsamen Teams DSV-Verbandsstützpunkte zusammenschließen.

Die Mannschaften werden mit der Meldung benannt.

Beispiele:

Vereine außerhalb der Bundesstützpunkte können:

- in denen ihnen zugeordneten BSP-Mannschaften starten
- als gemeinsame DSV-Verbandsstützpunkt-Mannschaft starten
- als Mannschaft Nord bzw. Süd bzw. West starten
- als eigenständige DSV-Verbandsstützpunkt-Mannschaft starten

#### Jahrgänge

Gestartet wird in zwei Altersgruppen: Jahrgang **2008** sowie Jahrgang **2009** und jünger. **Jüngere als 2009 (2010) geborene Sportler/innen** benötigen die vorherige Startgenehmigung durch die für die Sichtung verantwortliche Bundestrainerin (vor der Meldung bitte schriftlich beantragen). Sie nehmen vollberechtigt an den Wettkämpfen des Jahrgangs **2009** teil, zählen jedoch nicht für die Mannschaft. Die Wertung erfolgt in zwei Altersgruppen.

#### Wettkämpfe

##### Wettkampfdisziplinen:

##### Landbereich:

Konditionstest, Bodenturnen/Gymnastikwettkampf, Trampolin

##### Wasserbereich:

Kunstspringen 1m + 3m, Turmspringen (nur 5m)

#### Wertungsmodus

##### Landbereich:

Aus der Addition der Einzelplatzierungen in den drei Wettkämpfen Konditionstest, Bodenturnen/Gymnastik und Trampolin ergibt sich die Einzelplatzierung Land

##### Wasserbereich:

Die Platzierungen im Kombi-(1m/3m), sowie dem Turmwettkampf entsprechen den jeweiligen Platzziffern (bei gleicher Punktzahl, gleiche Platzziffer).

##### Gesamtsieger/in:

Für die Gesamtwertung werden die Platzziffern aus Kunstspringen, Turmspringen und Landbereich addiert. Bei Platzziffergleichstand entscheidet die bessere Punktzahl (gesprungene Punkte) aus den beiden Wasserwettkämpfen über den Platz in der Gesamtwertung.

In den beiden Jahrgängen **2008** sowie **2009** werden für die männlichen und weiblichen Sportler getrennte Einzelwertungen durchgeführt.

### 3. Mannschaftswertung

Für die drei **Mannschaftswertungen** (weiblich, männlich, gesamt) werden die beiden Jahrgänge **2008** und **2009** zusammengefasst. Hierfür melden die Stützpunkte/Mannschaften in jedem der beiden Jahrgänge **drei (3) weibliche** und **(3) drei männliche Sportler**. Werden mehr als 3 Sportler bzw. Sportlerinnen pro Jahrgang für ein Team gemeldet, gehen automatisch die 3 Bestplatzierten in die Mannschaftswertung ein.

**Jüngere Teilnehmer/innen (2010) sind zugelassen, zählen jedoch nicht für die Mannschaftswertung.** Zur Ermittlung der Mannschaftssieger werden die Platzierungen (**nicht bereinigt**) der Aktiven in den Einzel-Gesamtwertungen (Kombinationswertung) entsprechend dem u.a. Schlüssel in Punkte umgerechnet. Die Mannschaftsergebnisse errechnen sich aus den Additionen dieser Punkte.

Platz	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Punkte	50	45	40	36	32	28	25	22	19	16
Platz	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Punkte	14	12	10	8	6	5	4	3	2	1

### 4. Nachmeldungen Festlegung für Nachmeldungen zum Bundesstützpunktvergleich.

Bis zur technischen Sitzung des BSTP-Vergleichswettkampfes kann ein gemeldeter Sportler ersetzt werden. **Dafür müssen folgende Voraussetzungen vorliegen:**

- Für den Sportler, der durch die Nachmeldung ersetzt werden soll, ist ein Attest vorzulegen.
- Die Sprungliste ist entsprechend der WB-Fachteil Springen, § 210 (2) abzugeben und die evtl. fällige Gebühr von 10,- € (bei Abgabe oder Änderung der Sprungliste zwischen 24 und drei Stunden vor Wettkampfbeginn) beim Wettkampfleiter zu bezahlen.
- Dem Wettkampfleiter wird mit Abgabe der Sprungliste eine separate schriftliche Nachmeldung vorgelegt.

### 5. Sprunganlage

Die Sprunganlage besteht aus einem separaten Sprungbecken mit je zwei 1m- und 3m-**Maxi-B**-Sprungbrettern, zwei 1m bis 3m fahrbaren Hydraulikanlagen mit **Maxi-B**-Sprungbrettern sowie jeweils einer 1m-, 3m-, 5m-, 7,5m- und 10m-Plattform. Die 10m-Plattform ist 3m breit. Die Wassertemperatur beträgt 29° C.

### 6. Meldungen

Die Meldung für Sportlerinnen und Sportler des DSV erfolgt nach den Bestimmungen der WB, §210. Die Meldungen Sportler und Sprungrichter sind über das Online-Portal ([www.sportlicht.net/event](http://www.sportlicht.net/event)) im Internet einzugeben.

**Das Internet-Portal für die Meldungen dieser Veranstaltung schließt automatisch zum Zeitpunkt des ausgeschriebenen Meldeschlusses.**

### 7. Meldeschluss

**Donnerstag, 07.11.2019, 12:00 Uhr**

### 8. Meldeeröffnung

**Freitag, 08.11.2019, 12:00 Uhr**

### 9. Sprunglisten

Die kompletten Sprunglisten sind bis Donnerstag, **14.11.2019, 09:30 Uhr** (24 Stunden vor Veranstaltungsbeginn!) über das Online-Portal im Internet einzugeben.

- 10. Meldegeld** **15,- € pro Einzelstart** (jeweils 1 Meter/3 Meter, Turm und Land)  
Für die Gesamtwertung wird kein Meldegeld erhoben
- Die Einzahlung des Meldegeldes in voller Höhe auf das DSV-Konto muss, durch Nachweis des Einzahlungsbelegs bis zum ausgeschriebenen Zeitpunkt der Meldeeröffnung, beim Wettkampfleiter und der DSV Geschäftsstelle vorliegen. Ist dies nicht der Fall, muss das Meldegeld bei der technischen Sitzung in bar und in doppelter Höhe bezahlt werden. Andernfalls wird die Meldung annulliert.

Es wird bei diesem Wettkampf kein NEM erhoben.

Das Meldegeld ist zu überweisen auf das Konto des DSV:

**IBAN:** DE54 5205 0353 0002 0650 69  
**SWIFT CODE:** HELADEF1 KAS  
**Zahlungsvermerk:** Meldegeld BSP-Vergleich 2019

- 11. Sprungrichter** Jeder Verein des DSV bzw. BSP, der mehr als vier Meldungen abgibt, hat mit der Meldung über das Internet-Portal mindestens einen Sprungrichter aus dem DSV-Kampfrichterkader namentlich einzugeben und für diesen auch die Kosten zu tragen. Der Sprungrichter muss im Besitz einer gültigen Sprungrichterlizenz sein und an allen Wettkampftagen zur Verfügung stehen.
- 12. Technische Sitzung** **Donnerstag, 14.11.2019, 09:30 Uhr**  
In der Sitzung werden die entsprechenden Sprungrichter benannt.  
(s. DSV-Kampfrichterordnung Wasserspringen in diesem Informationsheft)
- Der genaue Ort und eine eventuell abweichende Zeit wird mit der Meldeeröffnung auf einem zusätzlichen Infoblatt zur Veranstaltung mitgeteilt.
- Alle Mannschaftsleiter, Sprungrichter sowie ein Mitarbeiter der Technik sind dazu eingeladen.
- 13. Auszeichnungen** Alle Sportler/innen erhalten Urkunden  
Pokale für die 3 besten Teams in den drei Mannschaftswertungen.
- Die Siegerehrungen finden 15 Minuten nach dem Wettkampf statt.**
- 14. Quartiere** **Quartierwünsche:** sind individuell durch die Vereine vorzunehmen.  
- **Jugendherberge Aachen,**  
Maria-Theresia-Allee 260, 52074 Aachen, Tel.: 0241 711 01-0,  
Email: [aachen@jugendherberge.de](mailto:aachen@jugendherberge.de), Web: [aachen.jugendherberge.de](http://aachen.jugendherberge.de)  
- **Landal Hoog Vaals,** Randweg 21, NL 6291 DC Vaals  
Tel.: +31 (0)433 068383, Email: [hoogvaals@landal.nl](mailto:hoogvaals@landal.nl), Web: [landal.de](http://landal.de)  
- **Campus Boardinghouse,** Vaalserstrasse 519, 52074 Aachen,  
Tel.: 0241 8869 8963, Email: [info@campus-bordinghouse.de](mailto:info@campus-bordinghouse.de),  
Web: [campus-bordinghouse.de](http://campus-bordinghouse.de)  
- **Hostel Aachen,** Mauerstrasse 116, 52064 Aachen,  
Email: [rezeption@hostel-aachen.de](mailto:rezeption@hostel-aachen.de), Web: [hostel-aachen.de](http://hostel-aachen.de)
- 15. Verpflegung** Während der Wettkampftage werden Snacks in der Cafeteria in der Schwimmhalle angeboten. **Warmes Mittagessen kann auf Wunsch gebucht werden. Buchungen bis zum 31.10.2019** unter: [Ka@atempi.de](mailto:Ka@atempi.de) oder Tel.: 0179 2350900.

Deutscher Schwimm-Verband e.V.  
Dr. Niklas Noth  
Vertreter Deutsche Schwimmjugend

SV Neptun 1910 Aachen e.V.  
Gisela Kiefer  
Vorsitzenden Abtlg. Wasserspringen

## Konditionstest beim DSV-Bundesstützpunktvergleich Jahrgänge 2009 und 2008 (10 und 11 Jahre)

Trainings- und Wettkampfstätte für die Landüberprüfung:  
Trockensprunghalle/Turnhalle

Bewertung der Übungen laut „Bewertungstabelle für die Konditionstests“

- L1: Sprint (SP)** 20 Meter fliegender Start  
Übungsablauf: Anlauf, dann 20 Meter Messstrecke  
Bewertung: zwei Versuche, der Bestwert zählt
- L2: Sprungkraft** L2.1 mit Armführung (SKM), L2.2 ohne Armführung (SKO)  
Geräte: Sprungkreis von 50 cm Durchmesser, Klemme in der Mitte des vorhandenen Halbkreises, Sprungmessgürtel, Bandmaß, Gymnastikstab  
Übungsablauf: Aus der Grundstellung hinter der Klemme mit Tiefhalte der Arme, in der Mitte des Sprungkreises senkrechter Absprung mit Armschwung bzw. ohne Armschwung (Arme werden über einen auf die Schulter gelegten Gymnastikstab fixiert.)  
Bewertung: drei Versuche, der Bestwert zählt
- L3: Liegestütze (LS)** Anzahl in 30 Sekunden  
Übungsablauf: Der Sportler legt die Füße mit gestrecktem Fußriss auf eine Turnbank, die Hände stützen in Schulterhöhe und Schulterbreite, der Körper ist gestreckt und gespannt. Aus dieser Stellung werden die Arme gebeugt, bis das Kinn den Boden (Unterlage) berührt und anschließend bei völlig gestrecktem Körper wieder gestreckt.  
Messung: Die Liegestütze sind in einem Zeitlimit von 30 Sekunden auszuführen.  
Bewertung: Ein Wertungsdurchgang. Bei Abweichung von der Grundtechnik erfolgt keine Zählung.
- L4.1: Beinheber (BH)** 5 Beinheber auf Zeit  
Geräte: Sprossenwand mit angebaute Sprunghocker unterhalb des Fensters, Keil in Höhe des Kreuzbeins.  
Übungsablauf: Aus dem Streckhang rücklings an der Sprossenwandmitte (Ristgriff an der Sprosse unterhalb des Fensters) erfolgt auf Zuruf „fertig - ab“ (mit oder ohne Auftakt) das schnellkräftige Heben.  
Bewertung: der in den Knien und Fußgelenken gestreckten und geschlossenen Beine (Hechte) bis zum Berühren des Hockers, dessen Fläche nach vorn zeigt und zwischen 20 und 30 cm vor dem Griffpunkt liegt.  
Es erfolgen zwei Wertungsdurchgänge. Der Bestwert wird protokolliert.
- L4.2: Halbe Beinheber (1/2 SH)** maximale Anzahl  
Geräte: Sprossenwand mit angebaute Sprunghocker unterhalb des Fensters, Keil in Höhe des Kreuzbeins.  
Übungsablauf: Aus dem Streckhang (Rumpf/gestreckte Beine im 90°-Winkel) rücklings an der Sprossenwandmitte (Ristgriff an der Sprosse unterhalb des Fensters) erfolgt das Heben der immer in den Knien und Fußgelenken gestreckten und geschlossenen Beine (Hechte) bis zum Berühren des Hockers, dessen Fläche nach vorn zeigt und zwischen 20 und 30 cm vor dem Griffpunkt liegt.  
Bewertung: Es erfolgen zwei Wertungsdurchgänge. Der Bestwert wird protokolliert.
- L5: Fußdehnung (FD)**  
Geräte: Turnbank und Bandmaß oder Messstab  
Übungsablauf: Strecksitz auf der Turnbank. Maximale Streckung der Fuß- und Kniegelenke, Einrollen der Zehen. Kein Ausweichen der Knie zulassen.

Messung: Größte Entfernung zwischen Turnbank und höchster großen Zehe, Erfassung in cm  
 Bewertung: in Zentimetern

**L6: Schulterdehnung (SD)**

Geräte: Kasten, großer Winkelmesser oder Tafel mit Winkelskalierung  
 Übungsablauf: Sitz mit angezogenen Beinen vor dem Kasten, Rückführung der gestreckten Arme in Schulterbreite und ohne Handfassung; beachte: die Schultern müssen frei beweglich sein und die Wirbelsäule gestreckt (kein Hohlkreuz)  
 Bewertung: Winkelstellung in Grad in der Hochhalte

**L7: Hüftdehnung (HD)**

Geräte: Turnbank  
 Übungsablauf: Hechtsitz auf der Bank mit gestreckten Fuß- und Kniegelenken, gestreckter Rücken, Arme in Seithalte, Rumpf vorbeugen (max. Tiefe). Der Abstand zwischen Oberkörper und Beinen wird optisch bewertet.  
**80 Punkte:**  
 Streckstz, freies Einnehmen der Hechte, Oberkörper liegt flach und ohne Zwischenraum bei völlig gestreckten Knien auf den Beinen  
**60 Punkte:**  
 wie bei 80 Punkten, nur die Hände unterstützen die Hechte durch Heranziehen an die Beine  
**40 Punkte:**  
 wie bei 60 Punkten, zwischen den Beinen und dem Oberkörper ist ein Abstand von max. 3 cm erlaubt  
**30 Punkte:**  
 wie bei 40 Punkten, Abstand von 4 bis 8 cm  
**15 Punkte:**  
 wie bei 30 Punkten, Abstand von 9 bis 12 cm  
**0 Punkte:**  
 Abstand über 12 cm

**L8: Bodenturnen (BT)**

Übungsablauf: die Übung wird 2-mal absolviert, die Addition der Mittelwerte beider Übungen zählt  
**10 Jahre:**  
 - Grundstellung  
 - kurzer Anlauf mit Sprungrolle vorwärts gehockt – Strecksprung (2 Pkt.)  
 - Rad eindrehen (2 Pkt.)  
 - Rolle rückwärts (gehechtet) über den flüchtigen Handstand mit Abhechten in den Stand (3 Pkt.)  
 - kurzer Anlauf mit Salto vorwärts gehockt in den Stand (3 Pkt.)  
 - Grundstellung  
**11 Jahre:**  
 - Grundstellung auf Kastenteil (ca. 35 cm hoch)  
 - Salto rückwärts gehockt in den Stand (3 Pkt.)  
 - Fußsprung gestreckt mit ½ Schraube (0,5 Pkt.)  
 - kurzer Anlauf oder Anhupf mit Rondat – Strecksprung (2 Pkt.)  
 - Rolle rückwärts gehechtet über den flüchtigen Handstand mit Abbücken zum Stand (2 Pkt.)  
 - kurzer Anlauf mit Salto vorwärts gehockt in den Stand (2,5 Pkt.)  
 - Grundstellung  
 Bewertung: durch 3 Wertungsrichter (mit Wertungstafeln) Vergabe von 0 bis 10 Punkten mit Abstufungen von 0,5 Punkten.

**L9: Gymnastikprogramm (GYM)**

2 Übungen aus der vorgegebenen Übungsauswahl werden ausgelost. Beide Übungen werden je 1-mal absolviert; die Addition beider Mittelwerte (der 3 Wertungsrichternoten) der beiden Übungen zählt.  
 Bewertung: durch 3 Wertungsrichter (mit Wertungstafeln) Vergabe von 0 bis 10 Punkten mit Abstufungen von 0,5 Punkten

**Bei der Imitationsübung Anlauf ist die Anzahl der Schritte freigestellt. Die Platzziffer wird durch die Addition der Punkte Bodenturnen + Gymnastik ermittelt!**

**L10: Handstandabnahme**

Bewertung: 2 Versuche, der beste Versuch zählt  
 Wiener heben und stehen (3sec.) 85 Punkte  
 Schweizer heben und stehen (3sec.) 75 Punkte  
 aus Hockstand in den Handstand heben und stehen (3 sec.) 65 Punkte  
 Handstand schwingen und stehen (3 sec.) 55 Punkte  
 Wiener heben und kurz fixieren 50 Punkte  
 Schweizer heben und kurz fixieren 45 Punkte  
 aus Hockstand in den Handstand heben und kurz fixieren 40 Punkte  
 Handstand schwingen und kurz fixieren 30 Punkte  
 ohne kurze Fixierung 0 Punkte

**Wertung Kondition:**

Punkte aus Tabelle	P +	P +	P +	P +	P +	P +	P +	P +	P +	P =	Gesamt
	L1	L2.1	L2.2	L3	L4.1	L4.2	L5	L6	L7	L10	

*(Bei gleicher Punktzahl wird die gleiche Platzierung vergeben.)*

**L11: Trampolinwettkampf**

Übungsanforderung: 2 Versuche, der Bestwert zählt  
 Im Trampolinwettkampf wird eine Pflichtübung absolviert. Diese Übung wird zweimal gesprungen. Der Bestwert beider Übungen zählt. Bei Gleichstand zählt der Wert der zweiten Übung. Die Anzahl der Sprünge vor Beginn der Übung ist nicht begrenzt. Ein zusätzlicher Strecksprung am Ende der Übung, der nicht mit in die Wertung eingeht, ist erlaubt, jedoch keine Pflicht.

**Übungen für die:**

10-jährigen	202 C	100 B	102 C	5101 A	100 A	102 B		
11-jährigen	203 C	202 B	100 A	102 C	5101 A	100 B	202 C	102 B
	RL	aus RL in FL						

**Bewertung**

erfolgt durch **drei Wertungsrichter** mit 0 bis 10 Punkten und 0,5 Punkten Differenzierung. Grundlage der Bewertung bilden die Technikanforderungen des Wasserspringens sowie die speziellen Anforderungen des Trampolinspringens. Aus der Addition der drei Punktrichternoten ergibt sich die Gesamtpunktzahl für die Übung. Bei Wertungsdifferenzen in der Ausführungsnote ab 2,5 Punkte tritt das Kampfgericht zur Berichtigung der Note zusammen. Wird keine Einigung erzielt, entscheidet der Schiedsrichter.  
**Abzüge gibt es für:**  
 - Mängel in der Qualität der Sprünge (Sprunghöhe, Haltung/Spannung, Wandern auf dem Trampolin, Sprungtechnik)  
 - Sprünge ohne Armführung (Ausnahme ist in der Kombination 202 C – 102 B der Salto vorwärts am Ende der Übung der 11-Jährigen)

Wird die Übungsreihenfolge verlassen, kann die Bewertung der Ausführung bis hier erfolgen. Das Gleiche gilt für Übungsabbruch, Berührung der Sicherheitsabdeckung, Zwischensprung und Verlassen des Trampolins sowie Übungsunterbrechung.

Wird der Wettkämpfer bei der Ausführung der Übung von Helfern unterstützt, erhält er 0 Punkte.

<b>Bewertung bei Abbruch</b>			
<b>Übungen mit 6 Sprüngen</b>		<b>Übungen mit 8 Sprüngen</b>	
<b>Anzahl Sprünge</b>	<b>Höchstnote</b>	<b>Anzahl Sprünge</b>	<b>Höchstnote</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2.5</b>
<b>3</b>	<b>4.5</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>4</b>	<b>6.5</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>5</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>6</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>7.5</b>
		<b>7</b>	<b>9</b>
		<b>8</b>	<b>10</b>