

34. Pokal der Stadt Bad Aibling  
 Samstag, 18. Februar 2023  
 Scale of Values / Elementliste

Name	Abkürzung	Punkte										
		-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5
<b>Gruppe 1: Elemente I</b>												
Roller fahren vorwärts im Kreis (Seite frei wählbar)	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
3 Zitronen vorwärts - umdrehen - 3 Zitronen rückwärts	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Storch vorwärts auswärts im Kreis	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Gleitschritte vorwärts	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Bremsen beidbeinig	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Standpirouette zweibeinig (mind. 3 Umdrehungen)	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
<b>Gruppe 2: Elemente II</b>												
Übersetzen vorwärts im Kreis (Seite frei wählbar)	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Flieger vorwärts geradeaus	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
3 Pferdchenhüpfer geradeaus	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Dreierschritte vorwärts auswärts im Kreis	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Dreiersprung + Hüpfer + Salchow	ElmB + 1S	-0,4	-0,32	-0,24	-0,16	-0,08	<b>0,8</b>	0,08	0,16	0,24	0,32	0,4
Standpirouette rückwärts einwärts einbeinig (mind. 3 Umdrehungen)	USpB	-0,5	-0,4	-0,3	-0,2	-0,1	<b>1</b>	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
<b>Gruppe 3: Elemente III</b>												
Übersetzen rückwärts im Kreis	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Mohawk vorwärts einwärts im Achter	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Dreiersprung + Hüpfer + Salchow	ElmB + 1S	-0,4	-0,32	-0,24	-0,16	-0,08	<b>0,8</b>	0,08	0,16	0,24	0,32	0,4
Flieger rückwärts im Kreis	ElmB	-0,2	-0,16	-0,12	-0,08	-0,04	<b>0,4</b>	0,04	0,08	0,12	0,16	0,2
Rittberger oder Flip	1Lo/1F	-0,25	-0,2	-0,15	-0,1	-0,05	<b>0,5</b>	0,05	0,1	0,15	0,2	0,25
Pirouette (eine Basisposition, mind. 5 Umdrehungen)	USpB	-0,5	-0,4	-0,3	-0,2	-0,1	<b>1</b>	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5
	SSpB	0	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	<b>1,1</b>	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55
	CSpB	0	-0,44	-0,33	-0,22	-0,11	<b>1,1</b>	0,11	0,22	0,33	0,44	0,55