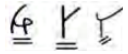
SCHWEBEBALKEN

Symbol	Bezeichnung	Schwierigkeitswert
	Angänge	
	Auflaufen	A
	Überhocken oder Überbücken in den Stütz rl.	A
	Aufspringen in den Seitspagat	A
	Sprung in den Bruststand mit gebeugten Armen	A
	Aufrollen	B
	Springen, Schwingen oder Heben in den Handstand (2 Sek.) – Senken in eine Endposition	B
	Spagatsprung	B
	Spagatsprung mit Beinwechsel	D
	Strecksprung mit ½ Drehung	C
	Gymnastische Sprünge	
	Spreizsprung (Sissone)	A
	Spagatsprung	A
	Spagatsprung mit ½ (180°) Drehung	C
	Quergrätschsprung	B
	Quergrätschsprung mit ½ Drehung	C
	Grätschristsprung oder Seitspagatsprung aus dem Querverhalten	B
	Grätschristsprung mit ½ (180°) Drehung	C
	Durchschlagsprung	C
	Durchschlagsprung mit ¼ Drehung (Johnson)	C

Nach Code de Pointage 2025-2028

Symbol	Bezeichnung	Schwierigkeitswert
	Durchschlagsprung mit ½ Drehung	D
	Kadettsprung	D
	Strecksprung mit $^{1}/_{1}$ (360°) Drehung	B
	Strecksprung mit 1 $^{1}/_{2}$ (540°) Drehung	D
	Schersprung	A
	Scherhocksprung vw. (Pferdchensprung)	A
	Scherhocksprung mit ½ (180°) Drehung	B
	Scherhocksprung mit $^{1}/_{1}$ (360°) Drehung	C
	Hocksprung mit ½ (180°) Drehung	B
	Hocksprung mit $^{1}/_{1}$ (360°) Drehung	C
	Hockbücksprung	A
	Hockbücksprung mit $^{1}/_{2}$ Drehung	B
	Bücksprung	A
	Bücksprung mit ½ Drehung	B
	Ringsprung	B
	$^{1}/_{1}$ Gymnastische Drehung	A
	1 ½ Gymnastische Drehung	B
	$^{2}/_{1}$ Gymnastische Drehung	D
	$^{1}/_{1}$ Drehung mit Vorhalte des Spielbeines	C
	$^{1}/_{1}$ Gymnastische Drehung in der Hocke	B
	1 ½ Gymnastische Drehung in der Hocke	C
	½ Taucherdrehung über Standspagat	B

Symbol	Bezeichnung	Schwierigkeitswert
	Standwaage, Standspagat, Spreizwinkel 180°	A
	Rolle rw durch den Handstand	C
	Handstand, auch mit ½ Drehung	A
	Handstand abrollen	B
	Akrobatische Elemente	
	Überschlag rw aus dem Sitz	A
	Freie Rolle	B
	Rad	A
	Freies Rad	D
	Radwende (Rondat)	B
	Bogengang rw.	A
	Bogengang vw.	A
	Handstützüberschlag vorwärts mit Abdruck	B
	Flick-Flack	B
	Salto rw gehockt	C
	Salto vw. gehockt Absprung von einem Bein	C
	Salto vw. gehockt	D
	Abgänge	
	Salto vorwärts gehockt, gebückt	A
	Salto vorwärts gestreckt	B
	Salto rückwärts gehockt, gebückt, gestreckt	A
	Salto rw. mit $^{1}/_{1}$ Drehung	B

Symbol	Bezeichnung	Schwierigkeitswert
	Twistsalto	B
	Salto vw mit ½ Drehung	A
	Auerbachsalto gehockt, gebückt von der Seite	A
	Auerbachsalto vom Ende gehockt, gebückt	B