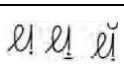
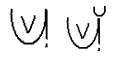
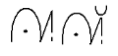
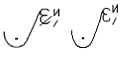
STUFENBARREN

Symbol	Bezeichnung	Schwierigkeitswert
	Schwebekippe, Kippe in den Stütz, auch mit 180° Drehung; auch als Durchschubkippe mit oder ohne 180°-Drehung	A
	Drehkippe (180°) i. d. Stütz am uH	A
	Drehkippe (360°) in den Stütz; Sprung mit 1/1 Drehung und Schwebekippe	B
	Vorschweben am uH oder oH, Durchbücken, Kippaufschwung rl. Vw. auch mit Ausgrätschen in den Hang am gleichen Holm (gilt als Flug am selben Holm)	A
	Langhangkippe	A
	Sprung in den Hang, Kippe in den Stütz am oH oder mit Griffwechsel zum uH	A
	Übergrätschen mit Abdruck der Hände über den unteren Holm in den Hang am oberen Holm	A
	Hechten (Beine geschlossen) über den unteren Holm mit Abdruck von den Händen und Flug in den Hang am oH (gilt als Flug vom uH zum oH)	B
	Freies Übergrätschen über den uH in den Hang am oH	B
	Rückschwung in den Handstand mit gegrätschten Beinen (gebeugte Hüfte)	A
	Rückschwung in den Handstand mit geschlossenen Beinen	B
	Rückschwung i.d. Handstand mit ½ Dre. (180°) mit geschlossenen oder gegrätschten Beinen	B
	Hüftumschwung vl. vorwärts	A
	Hüftumschwung vl. rückwärts	A
	Freier Grätschumschwung vw. i. d. freien Stütz	A

Symbol	Bezeichnung	Schwierigkeitswert
	Freier Grätschumschwung rw. i.d. freien Stütz	A
	Stütz rl. am u.H. oder o.H.- Kippumschwung rl. vw. mit Ausgrätschen i.d. Hang am gleichen Holm	A
	Sohlwellumschwung vw. (gebückt oder gegrätscht)	A
	Sohlwellumschung rw. (gebückt oder gegrätscht)	A
	Unterschwung am u.H.(mit Stütz der Füße) und Konterbewegung vw. i.d. Hang am o.H.	B
	Freie Felge i. d. Handstand, auch mit 180° Drehung	C
	Stalder rw. i. d. Handstand, auch mit gesprungenem Griffwechsel i. d. Handstandphase oder mit ½ Dre. (180°) i. d. Handstand	C
	Bückumschwung rw. i. d. Handstand, auch mit Umspringen i. d. Kammgriff i. d. Handstandphase, auch mit ½ Dre. (180°)	C
	Riesenfelge vw. i. d. Handstand, auch mit 180° Drehung	B
	Riesenfelge rw. i. d. Handstand, auch mit 180° Drehung	B
	Vom o.H. – Unterschwung mit 180° und 360° Drehung (mit Aufgrätschen oder Aufbücken oder frei)	A
	Vom o.H.- Unterschwung Salto vw. gehockt oder gebückt	B
	Vorschwung Salto rw. gehockt, gebückt, gestreckt	A
	Vorschwung Salto rw. mit 180° oder 360° Drehung	B
	Vom oH – Salto vw. gehockt	B
	Vorschwung Doppelsalto rw. gehockt	B