

Appendix A2 – Basisværdier spring

Bane Basisværdier

Moment basis værdier

Retning	Basis moment	Værdi
Forlæns	Vejrmølle	0,05
	Kraftspring	0,20
	Flyvespring	0,20
	Forlæns salto	0,25
	Forlæns dobbelt salto	0,80
	Forlæns dobbelt salto, W	1,10
Baglæns	Rondat	0,10
	Flik-flak	0,15
	Whipback salto	0,20
	Baglæns salto	0,20
	Arabian Salto	0,25
	Dobbelt Arabian Salto	0,70
	Dobbelt Arabian Salto, W	0,90
	Baglæns dobbelt salto	0,60
	Baglæns dobbelt salto, W	0,80
	Baglæns triple salto*	1,60
	Baglæns triple salto* W	1,90

* Udførelse af triplesaltoer kræver en skriftlig dispensation

Moment ekstra værdier

Form/drejning	Enkelt salto	Dobbelt salto	Triple salto
Hoftebøjet (hver salto)	0,05	0,10	0,10
Strakt (hver salto)	0,10	0,15	0,25
180° skrue (pr. halve skrue)	0,05	0,10	0,15
Ekstra værdi for hver fuldendt hel skrue (hver 360°)	0,05	0,05	0,10
Rutine med to dobbeltroterende spring **	0,20		

De ekstra værdier er kun medregnet i momenter som inkluderes i sværheden.

** ex. Rondat – dobbeltstrakt – whipback – flik flak – lukket full-full

Basis værdier Trampetspring

Moment basis værdier

Gruppe	Basis momenter	Værdi
Uden redskab (pegasus)	Salto	0,20
	Dobbelt salto	0,55
	Triple salto *	1,40
Med redskab (pegasus)	Mølleoverslag	0,20
	Overslag	0,40
	Overslag m. forlæns salto	0,80
	Overslag m. dobbelt salto	1,55
	Overslag 90° på – 90° af	0,35
	Overslag 180° på	0,45
	Tsukahara	0,70
	Dobbelt Tsukahara *	1,55

* Udførelse af triple saltoer kræver en skriftlig dispensation

Mølleoverslaget godkendes når begge hænder er på bordet samtidig (der må ikke ske en flytning af hænder), benene skal være samlet i "afviklingsøjeblikket", benene skal være samlet til landingsøjeblikket og landingsretningen skal være med ansigt og mave mod springbordet.

Moment ekstra værdier

Form/drejning	Enkelt salto	Dobbelt salto	Triple salto
Hoftebøjet (hver salto)	0,05	0,10	0,10
Strakt (hver salto)	0,10	0,15	0,20
180° skrue(pr. halve skrue)	0,05	0,10	0,15
Ekstra værdi for hver fuldendt hel skrue (hver 360°)	0,05	0,05	0,10

I tsukahara og overslag salto, vil de ekstra værdier for dobbelt salto blive brugt. I tilfælde af tsukahara/overslag saltoer, vil de ekstra værdier for dobbelt saltoer blive anvendt og kropspositionen medregnes to gange. I tilfælde af dobbelt tsukahara/overslag m. dobbelt salto, vil de ekstra værdier for triple saltoer blive anvendt og kropspositionen i første salto vil blive medregnet to gange.

Tsukahara (TSU) med 360° skrue og Kasamatsu (KAS) bedømmes som samme moment.