

NEW DIFFICULTY ELEMENTS
2011 WORLD CHAMPIONSHIPS
WHEEL GYMNASTICS

EINTEILUNG NEUER WERTTEILE ZUR
RHÖNRAD WM 2011



March 2011 / März 2011



A long-term decision regarding these elements will be made before the end of 2011. Until further notice the following classification of difficulty will be valid for all international competitions.

Ende des Jahres 2011 werden wir eine langfristige Entscheidung bzgl. der Wertigkeit dieser Teile treffen. Solange ihr nichts anderes hört, gilt diese Einteilung auf allen internationalen Wettkämpfen.

SPIRAL / SPIRALE



Big Spiral

Große Spirale

Value/Wert		
B	Stepped handstand (walkover) forwards/backwards <i>[NB: <u>not</u> a risk element]</i>	Gestiegener Handstand (Bogengang) vorwärts/rückwärts <i>[NB: <u>kein</u> Risikoteil]</i>
B	Jumped walkover backwards <i>[NB: <u>not</u> a risk element]</i>	Gesprungener Bogengang rückwärts <i>[NB: <u>kein</u> Risikoteil]</i>
C	One-armed bridge forwards/backwards without bindings (not splits)	Brücke einarmig ohne Bindungen vorwärts/rückwärts (nicht Spagat)
C ----- D	Side bridge behind followed by change and ½ turn (on <u>same</u> wheel rim) <i>[For the difficulty judge: This change makes the next move in the <u>big spiral</u> a D.]</i>	Seitbrücke rückgeneigt mit nachfolgendem Wechsel und ½ Drehung <u>ohne</u> Wechsel des Rollreifens <i>[Zählweise: Dieser Wechsel macht die nächste Übung in der <u>großen Spirale</u> zum D-Teil.]</i>
C ----- D	Splits bridge backwards followed by splits tip change <i>[For the difficulty judge: This change makes the next move in the <u>big spiral</u> a D.]</i>	Spagat rückwärts Spagatkippwechsel <i>[Zählweise: Dieser Wechsel macht die nächste Übung in der <u>großen Spirale</u> zum D-Teil.]</i>



Kleine Spirale

Small Spiral

Value/Wert		
B	Change without bindings, transition from big to small spiral, low side pike straddle stand	Wechsel ohne Bindungen, Abrutschen, tiefer Seitgrätschwinkelstand
C	Side front support on the upper rim with one foot by the stride rung	Seitliegestütz auf dem oberen Reifen mit Seitaufspreizen
D	One-armed side front support on the upper rim, with one foot by the stride rung	Seitliegestütz auf dem oberen Reifen mit Seitaufspreizen einarmig
D	One-armed low side splits	Tiefer Seitspagat einarmig



Spiral Dismounts

Spirale-Abgänge

Value/Wert		
C	Tuck front/back somersault with ½ twist from standing on the rim	Salto gehockt vorwärts/rückwärts mit ½ Drehung vom Stand auf dem Reifen

Submitted spiral elements that already have a defined difficulty

Eingereichte Spirale-Teile, die bereits einer Wertigkeit zuzuordnen sind



Value/Wert		
B 10b)	ROT 1: side rotation without bindings (change) <i>[NB: staying on same wheel rim]</i> ROT 2: side rotation without bindings	RU 1: Seitstellung ohne Bindungen (Wechsel) <i>[NB: kein Kippwechsel]</i> RU 2: Seitstellung ohne Bindungen
B 11	From: one-armed small spiral without bindings, one foot on stride rung (change of grip with free hand to inner handle, move foot from rim between the boards to position next to the leg on the stride rung) Small spiral in this position	Ausgangsübung: kleine Spirale mit Seitaufspreizen einarmig ohne Bindungen (umgreifen der freien Hand an den Reifengriff, positionieren des nicht- aufgespreizten Fußes neben das Bein das bereits in der Aufspreizposition ist) Kleine Spirale in dieser Position
C 8	ROT1: side rotation without bindings ROT2: side pike straddle hang (directly following ROT2 is a tip change without bindings) <i>[NB: The change following this combination does not increase the subsequent move in the big spiral.]</i>	RU1: Seitstellung ohne Bindungen RU2: Seitgrätschwinkelhang (direkt im Anschluss an RU2 erfolgt ein Kippwechsel ohne Bindungen) <i>[NB: Der Wechsel aus dieser Verbindung erhöht die nachfolgende Übung in der großen Spirale nicht.]</i>
C 11 / C 12	(turn under the front arm) ROT1: spindle rotation forwards behind (change behind) ROT2: spindle rotation backwards behind <i>[NB: Only one of the two C elements may be counted in the difficulty score.]</i>	(unterdrehen unter dem vorderen Arm) RU 1: Spindelstellung vorwärts rückgeneigt (Wechsel rückgeneigt) RU 2: Spindelstellung rückwärts rückgeneigt <i>[NB: Es kann nur eines der beiden C-Teil gezählt werden.]</i>
C 13	Change without bindings (change of grip into ulna grip (L-grip), full turn under) side rotation without bindings	Wechsel ohne Bindungen (Umgreifen der Hand in den Ellgriff, 1/1 Drehung mit unterdrehen) Seitstellung ohne Bindungen

The following moves have NOT been included in the difficulty catalogue

Folgende Übungen werden NICHT in den Katalog der Schwierigkeitsteile aufgenommen



Small Spiral

Kleine Spirale

		
	Accelerated small spiral	beschleunigte Kleine Spirale
	Accelerated small spiral, hanging from upper rim, feet free	beschleunigte Kleine Spirale, Hängen am oberen Reifen, die Füße schwingen frei

Spiral Dismounts



Spirale-Abgänge

		
	Back handspring	Flick-Flack
	Straight jump with/without twists	Strecksprung mit/ohne Drehungen

STRAIGHT-LINE / GERADETURNEN

Combinations in the upper phase


Kombinationen in der oberen Phase

Value/Wert		
D	D5 into sitting position: (= ½ turn from high hip hang, hands holding lower rung/handle/board), followed by C25 (= knee swing backwards, re-grasp and push into sitting position backwards, feet free) <i>[NB: This move involves a change of direction.]</i>	D5 in den Sitz: (= ½ Drehung aus dem Hohen Hüfthang mit Stütz an der unteren Sprosse / Griff / Brett), C25 (= Kniependelhang rückwärts, Sitz ohne Aufstellen der Füße rückwärts)
D	Free knee swing backwards, re-grasp, upward hip circle backwards, feet free	Freier Kniependelhang rückwärts, Hüftaufschwung rückwärts
D	High roll forwards against the rolling direction with ½ turn into straddle sitting forwards	Hohe Rolle vorwärts gegen die Rollrichtung mit ½ Drehung in den Grätschsitz vorwärts
D	Upward hip circle on the handle rung immediately followed by C11 (= high roll forwards against the rolling direction) <i>[NB: Extension to D8]</i>	C11 (= Hohe Rolle gegen die Rollrichtung) vorwärts mit vorausgehendem Hüftaufschwung an der Griffsprosse <i>[NB: Erweiterung zu D8]</i>
D	B25 (= hip circle) forwards, B34 / B35 (= high shoulder support position / high inverted arm/elbow support), B25 (= hip circle) backwards	B25 (= Hüftumschwung) vorwärts, B34 / B35 (= Hoher Oberarmstütz / Hoher Ellbeugesturzhang), B25 (= Hüftumschwung) rückwärts
C	Run-up from outside the wheel into knee hang (only possible at beginning of routine), change of direction, C25 (= knee swing backwards, re-grasp and push into sitting position backwards, feet free) <i>[NB: The transition into C25 will be judged as a highlight in the music creativity score.]</i>	Anlauf in den Kniehang, Richtungswechsel, C25 (= Kniependelhang rückwärts, Sitz ohne Aufstellen der Füße rückwärts) <i>[NB: Der Übergang in C25 wird als Highlight für Musikkreativität gewertet.]</i>
C	Jump forwards from floor into knee hang, change of direction, C25 (= knee swing backwards, re-grasp and push into sitting position backwards, feet free) <i>[NB: The transition into C25 will be judged as a highlight in the music creativity score.]</i>	Hüftabstoß vom Boden vorwärts in den Kniehang, Richtungswechsel, C25 (= Kniependelhang rückwärts, Sitz ohne Aufstellen der Füße rückwärts) <i>[NB: Der Übergang in C25 wird als Highlight für Musikkreativität gewertet.]</i>
C	High tuck over forwards into C15 (= high pike support) <i>[NB: Counted as a variation of C18]</i>	Hohes Überhocken vorwärts, C15 (= Hoher Bückstütz) <i>[NB: Als Variante von C18 zu zählen]</i>
C	B43 (= Front lying backwards, double hip circle backwards), C18 (= High tuck over directly into high pike straddle support) <i>[NB: Recognition as a D only when the double hip circle does not follow a front lying backwards. Then D17]</i>	B43 (= Bauchlage rückwärts, Doppelhüftumschwung rückwärts), C18 (= Hohes Überhocken, direkt, Hoher Grätschbückstütz) <i>[NB: Anerkennung als D-Teil, nur wenn der Doppelhüftumschwung nicht nach einer Bauchlage rückwärts erfolgt. Dann D17]</i>

C	½ turn, foot hang, free swing and re-grasp with hands on rims, free swing into second foot hang from wheel rims, free swing and re-grasp with hands on rims	½ Drehung, Fußhang, frei durchschwingen und umgreifen an die Reifen, frei durchschwingen rücklings in den Fußhang an den Reifen, frei durchschwingen und umgreifen an die Reifen
B	Foot hang, free swing and re-grasp with hands on rims, free swing into second foot hang from wheel rims, free swing and re-grasp with hands on rims	Fußhang, frei durchschwingen und umgreifen an die Reifen, frei durchschwingen rücklings in den Fußhang an den Reifen, frei durchschwingen und umgreifen an die Reifen



Combination of lower phase with upper phase or centralised element

Kombination von unterer mit oberer Phase bzw. zentralem Element

Value/Wert		
D	Jump backwards with ½ turn from standing on boards into support position on rims behind stride rung, B32 (= high tuck over backwards), B34 / B35 (= high shoulder support / high inverted arm (elbow) support, B25 (= hip circle) backwards <i>[NB: To reach support position and tuck over backwards, see pictures for D23, IRV Straight-line v2-0 Appendix, January 2010]</i>	Hockstemme rückwärts mit 1/2 Drehung, B32 (= Hohes Überhocken rückwärts), B34 / B35 (= Hoher Oberarmstütz / Hoher Ellbeugesturzhang), B25 (= Hüftumschwung) rückwärts <i>[NB: Für die Hockstemme rw mit ½ Drehung und Überhocken, vgl. Bilder zu D23, IRV Gerade v2-0 Anhang, Januar 2010]</i>
C	Jump backwards with ½ turn from standing on boards into support position on rims behind stride rung, change of direction, high roll backwards <i>[NB: To reach support position, see pictures for D23, IRV Straight-line v2-0 Appendix, January 2010]</i>	Hockstemme rückwärts mit ½ Drehung, Richtungswechsel, Hohe Rolle rückwärts bzw. Rückenumschwung <i>[NB: Für die Hockstemme rw mit ½ Drehung, vgl. Bilder zu D23, IRV Gerade v2-0 Anhang, Januar 2010]</i>


Centralised moves without bindings

Zentrale Übungen ohne Bindungen

Value/Wert		
D	Element combinations with one-armed high front support into one-armed bridge	Elementverbindungen mit Hohem Liegestütz einarmig in die Brücke einarmig
D	Back handspring	Flick-Flack



Element combinations with a decentralised element without bindings

Elementverbindungen ohne Bindungen mit dezentralem Element



Value/Wert		
D	C9 (= from front lying forwards into one-armed giant bridge forwards) <i>[NB: The transition from front lying to bridge position must be performed holding with only one arm.]</i>	C9 (= von der Bauchlage vorwärts in die Riesenbrücke vorwärts) einarmig <i>[NB: Das Überklappen muss einarmig erfolgen.]</i>
D	Free one-legged knee hang, change of legs, into bridge forwards <i>[NB: See pictures for D13 f) followed by bridge instead of sitting position, IRV Straight-line v2-0 Appendix, January 2010]</i>	Freier Kniehang einbeinig mit Beinwechsel in die Brücke vorwärts <i>[NB: vgl. Bilder zu D13 f) mit nachfolgender Brücke statt Sitz, IRV Gerade v2-0 Anhang, Januar 2010]</i>
B	From free foot hang on a rung with legs together into front support or bridge (grip on rims permitted) <i>[NB: <u>Not</u> recognised if the foot hang is performed with feet in the outer handles.]</i>	Vom freien Fußhang mit geschlossenen Füßen in den Liegestütz oder in die Brücke (auch an den Reifen) <i>[NB: <u>Keine</u> Anerkennung, wenn der Fußhang in den Reifengriffen geturnt wird.]</i>
B	Combination: High one leg tuck over into free knee hang with placement of the free foot on inner handle, ½ turn into front support position backwards <i>[NB: Only the high tuck over with one leg is counted (B). The execution of the subsequent element cannot currently be defined according to the execution demands required by the technical language of wheel gymnastics (RTS).]</i>	Kombination: Hohes Überhocken einbeinig, in den freien Kniehang einbeinig mit freigeturntem Setzen des freien Fußes, ½ Drehung in die Liegestützposition rückwärts <i>[NB: Gezählt wird nur das einbeinige Überhocken (B-Teil), das nachfolgende Teil kann derzeit keiner Übung / Haltung der RTS zugeordnet werden.]</i>

Dismounts

Abgänge

Value/Wert		
C	Straight jump with double twist	Strecksprung mit 2/2 Drehung
C	Somersault with ½ twist from standing position on one rim	Salto mit ½ Drehung aus dem Stand auf einem Reifen



Submitted straight-line elements that already have a defined difficulty
Eingereichte Gerade-Teile, die bereits einer Wertigkeit zuzuordnen sind

Value/Wert		
D17	C23 (= hip circle forwards into high straddle sitting), C11 (= high roll against the rolling direction) forwards	C23 (= Hüftumschwung vorwärts, hohes Aufgrätschen), C11 (=Hohe Rolle gegen die Rollrichtung) vorwärts
D11	B 32 (= High tuck over) forwards, high roll backwards against the rolling direction into ulna hang	B 32 (= Hohes Überhocken) vorwärts, Hohe Rolle rückwärts gegen Rollrichtung in den Ellhang
C12	High roll backwards between the inner handles into high split stand <i>[NB: The difficult end position does not increase the difficulty of the high roll.]</i>	Hohe Rolle rückwärts über den großen Abstand in den hohen Spagatstand <i>[NB: Die schwierige Endposition wertet das C-Teil nicht auf.]</i>
C10	From hip hang backwards with jump from floor into a high front support backwards, standing position on the stride rung <i>[NB: There are two variations that differ in their starting and finishing positions.Both variations have the same difficulty.]</i>	Vom Hüfthang rückwärts mit Abstoß vom Boden rückwärts in den Hohen Liegestütz rückwärts mit Stand auf der Spreizsprosse <i>[NB: Es gibt zwei Varianten, die sich durch Ausgangs- und Endposition unterscheiden. Beide Varianten sind gleichwertig zu zählen.]</i>
C22 e):	B32 (High tuck over backwards), double hip circle backwards <i>[NB: Tuck over into double hip circle is counted the same as tuck over into single hip circle.]</i>	B32 (Hohes Überhocken rückwärts), Doppelhüftumschwung rückwärts <i>[NB: Der Doppelumschwung wertet das C-Teil nicht auf.]</i>
B5	One-armed rim bridge, one foot on each board	Reifenschrittbrücke einarmig
B	<i>[NB: In these cases only one B will be counted!]</i> a.) <u>upper phase:</u> B25 (= Hip circle) forwards <u>lower phase:</u> B39 (= Free front lying forwards) b.) <u>upper phase:</u> Front lying backwards, double hip circle backwards <u>lower phase:</u> B39 (= Free front lying forwards)	<i>[NB: In folgenden Fällen wird immer nur ein B-Teil gezählt!]</i> a.) <u>oben:</u> B25 (= Hüftumschwung) vorwärts <u>unten:</u> B39 (= Bauchlage ohne Aufstellen der Füße vorwärts) b.) <u>oben:</u> Bauchlage rückwärts, doppelter Hüftumschwung <u>unten:</u> B39 (= Bauchlage ohne Aufstellen der Füße vorwärts)
B + C	Moves that are counted as B + C: Examples: a) B39 (= free front lying forwards), C9 (= from front lying forwards into giant bridge forwards) <i>[NB: The free front lying does not increase the difficulty of the C move.]</i>	Übungen, die als B + C gezählt werden Beispiele: a) B39 (= freie Bauchlage vorwärts), C9 (= Von der Bauchlage vorwärts in die Riesenbrücke) <i>[NB: die freie Bauchlage wertet das nachfolgende C-Teil nicht auf]</i>

	<p>b) B25 (= hip circle) forwards, C10 (= from hip hang backwards, jump from floor backwards into high front support backwards) <i>[NB: Only a preceding C in the upper phase will increase the value of C10 to a D. See D20.]</i></p>	<p>b) B25 (= Hüftumschwung) vorwärts, C10 (= Vom Hüfthang rückwärts mit Abstoß vom Boden rückwärts in den Hohen Liegestütz rückwärts) <i>[NB: Nur ein vorausgehendes C-Teil in der oberen Phase erhöht C10 zu einem D-Teil. Siehe 20.]</i></p>
--	--	--

The following move has NOT been included in the difficulty catalogue. It will be counted as a highlight in music creativity

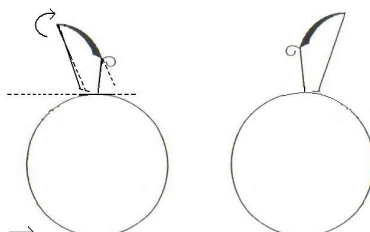
Folgende Übung wird NICHT in den Katalog der Schwierigkeitsteile aufgenommen. Sie zählt als Highlight in der Musikkreativität



		
	Straight jump from outer handle to land back on the same handle	Absprung vom Sprossengriff, Streck sprung, Landung auf dem gleichen Sprossengriff

VAULT / SPRUNG

There is only one minor addition to make to the IRV Vault Regulations

Es gibt nur einen kleinen Zusatz zu den IRV Sprungbestimmungen



	
<p>REVERSE MOUNT 3: <u>pike mount with ½ turn</u></p> <p>Current description The following technique is required: Take-off close to the wheel. Hands grip wheel rims at approximately waist height (<u>no</u> prescribed grip zone). Arms may be slightly bent (minimum elbow angle 135°). Closed hip angle with hips rising to above shoulder level. Feet above level of hands on wheel, angle between arms and upper body greater than 90°. Legs straight. The turn is initiated from the hips and one foot is placed on the rim in <u>front</u> of the opposite hand. The second foot is then placed <u>behind</u> the other hand, which is released to re-grip in front of the first leg (half turn completed), while the first hand is moved across to the other rim. The gymnast should then be ready for a pike standing position backwards on top of the wheel. Legs should be straight throughout. Minor deductions will be made for bent legs and/or re-positioning of feet on top of the wheel.</p> <p>Addition It is also permitted to position both feet from above in front of the hands, crossed and straight. A half turn of the body follows, the hands are released and re-grasp.</p>	<p>RÜCKWÄRTS ANSCHWEBEN 3: <u>Anwinkeln mit ½ Drehung</u></p> <p>Jetzige Beschreibung Die folgende Technik wird verlangt: Absprung nahe am Rad. Hände greifen die Reifen etwa auf Hüfthöhe (<u>keine</u> vorgeschriebene Griffzone). Arme dürfen leicht gebeugt sein (Ellbogenwinkel nicht kleiner als 135°). Geschlossener Hüftwinkel wobei die Hüfte über Schulterniveau steigt. Füße über Griffniveau am Rad, Winkel zwischen Armen und Oberkörper größer als 90°. Beine gestreckt. Die Drehung wird durch die Hüfte eingeleitet und ein Fuß wird <u>vor</u> die Hand auf der gegenüberliegenden Seite gestellt. Der zweite Fuß wird dann <u>hinter</u> die andere Hand gestellt, welche gelöst wird um wieder vor dem ersten Fuß zu greifen (halbe Drehung ist abgeschlossen), während die erste Hand zum anderen Reifen bewegt wird. Der Turner/die Turnerin ist dann bereit für eine Bückstandposition rückwärts auf dem Rad. Beine sind während des ganzen Bewegungsablaufs gestreckt. Es werden Kleinabzüge für gebeugte Beine und/oder Umpositionierung der Füße auf dem Rad vorgenommen.</p> <p>Zusatz Es ist auch erlaubt, beide Füße vor den Händen, gekreuzt und gestreckt auf das Rad von oben aufzusetzen. Danach erfolgt eine halbe Drehung des Körpers und die Hände werden gelöst und greifen die Reifen erneut.</p>