

### AQUA-RULES - APPENDIX

## BERECHNUNGSTABELLE DER SPRÜNGE - KUNSTSPRINGEN

Der Schwierigkeitsgrad (SG) wird wie folgt berechnet: A + B + C + D + E = SG

#### A. SALTO (Somersault / Som.)

	0 Salto	½ Salto	1 Salto	1½ Salto	2 Salto	2½ Salto	3 Salto	3½ Salto	4 Salto	4½ Salto
1 m	0.9	1.1	1.2	1.6	2.0	2.4	2.7	3.0	3.3	3.8
3 m	1.0	1.3	1.3	1.5	1.8	2.2	2.3	2.8	2.9	3.5

#### B. KÖRPERHALTUNG WÄHREND DER FLUGPHASE (bei fliegenden Sprüngen wird der Wert E zu B resp. C dazu gezählt).

Spr.Gruppe	0 - 1 SALTO				1½ - 2 SALTO				2½ SALTO				3 - 3½ SALTO				4 - 4½ SALTO			
	Vw	Rw	Au	Del	Vw	Rw	Au	Del	Vw	Rw	Au	Del	Vw	Rw	Au	Del	Vw	Rw	Au	Del
C=gehockt	0.1	0.1	0.1	-0.3	0	0	0	0.1	0	0.1	0	0.2	0	0	0	0.3	0	0.1	0.2	0.4
B=gehechtet	0.2	0.2	0.2	-0.2	0.1	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.5	0.3	0.3	0.3	0.6	0.4	0.4	0.5	0.8
A=gestreckt	0.3	0.3	0.3	0.1	0.4	0.5	0.6	0.8	0.6	0.7	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	
D=frei	0.1	0.1	0.1	-0.1	0	-0.1	-0.1	0.2	0	-0.1	-0.2	0.4	0	0	0	-	-	-	-	
E=fliegend	0.2	0.1	0.1	0.4	0.2	0.2	0.2	0.5	0.3	0.3	0.3	0.7	0.4	-	-	-	-	-	-	

Sieben der oben aufgeführten (grau hinterlegten) Werte sind negativ. Striche bedeuten, dass solche Sprünge z.Zt. nicht möglich sind.

#### C. SCHRAUBEN (Twist / Tw)

Sprunggruppe	½ Tw	½ Tw	½ Tw	½ Tw	1	1½ Tw	1½ Tw	2	2½ Tw	2½ Tw	3	3½	4	4½
	½ - 1 Salto	1½ - 2 Salto	2½ Salto	3 - 3½ Salto	Twist	½ - 2 Salto	2½-3½ Salto	Twists	½ - 2 Salto	2½-3½ Salto	Twists	Twists	Twists	Twists
Vorwärts / Vw	0.4	0.4	0.4	0.4	0.6	0.8	0.8	1.0	1.2	1.2	1.5	1.6	1.9	2.0
Rückwärts / Rw	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.7	0.8	1.2	1.1	1.4	1.7	1.8	2.1
Auerbach / Au	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.6	0.8	1.2	1.0	1.4	1.8	1.8	2.1
Delphin / Del	0.2	0.4	0.2	0.4	0.4	0.8	0.8	0.8	1.2	1.2	1.5	1.6	1.9	2.0

- (1) Kopfsprünge mit Schrauben können nur in den Positionen A, B oder C ausgeführt werden.
- (2) Sprünge mit 1 oder 1½ Saltodrehungen und Schrauben können nur in der Position D ausgeführt werden.
- (3) Sprünge mit 2 oder mehr Saltodrehungen und Schrauben können nur in den Positionen B oder C ausgeführt werden.

#### D. AUSGANGSSTELLUNG

	Vorwärts ½ - 3½ Salto	Vorwärts 4 - 4½ Salto	Rückwärts ½ - 3 Salto	Rückwärts 3½ - 4½ Salto	Auerbach ½ - 3 Salto	Auerbach 3½ - 4½ Salto	Delphin ½ - 1 Salto	Delphin 1½ - 4½ Salto
1 m	0	0.5	0.2	0.6	0.3	0.5	0.6	0.5
3 m	0	0.3	0.2	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3

#### E. UNNATÜRLICHES EINTAUCHEN (gilt nicht für Schraubensprünge)

Sprunggruppe	½ Salto	1 Salto	1½ Salto	2 Salto	2½ Salto	3 Salto	3½ Salto	4 Salto	4½ Salto
Vorwärts / Delphin	-	0.1	-	0.2	-	0.2	-	0.2	-
Rückwärts / Auerbach	0.1	-	0.2	-	0.3	-	0.4	-	0.4

Ein Wert zeigt an, dass der Springer vor dem Eintauchen das Wasser nicht sieht. Der Wert gilt für alle Höhen.

(-) bedeutet, dass der Springer das Wasser vor dem Eintauchen sieht.

#### BEISPIELE

Spr.	Pos	Höhe	A	B	C	D	E	SG	Spr.	Pos	Höhe	A	B	C	D	E	SG
207	B	3	2.8	0.3	0.0	0.4	0.4	3.9	309	B	3	3.5	0.5	0.0	0.3	0.4	4.7
207	C	3	2.8	0.0	0.0	0.4	0.4	3.6	309	C	3	3.5	0.2	0.0	0.3	0.4	4.4

5253	B	3	2.2	0.3	0.7	0.2	0	<b>3.4</b>		5255	B	3	2.2	0.3	1.1	0.2	0	<b>3.8</b>
5355	B	3	2.2	0.2	1.0	0.3	0	<b>3.7</b>		313	C	3	1.5	0.2	0	0.3	0.2	<b>2.2</b>