

# TURMSPRINGEN / WASSERSPRINGEN



## **Sprungarten:**

Saltos, Schrauben, Köpfler und Stützabfaller

Die wichtigsten Elemente im Sport Turmspringen:

1. Schwerkraft überwinden
2. Beschleunigung nutzen
3. Position halten

## **Punktberechnung:**

Es gibt 5 oder 7 Kampfrichter. Diese geben nach jedem Sprung eine Note. Die höchste und die tiefste Note werden gestrichen. Die restlichen Noten werden zusammengezählt und das Ergebnis wird mit dem Schwierigkeitsgrad des Sprunges multipliziert (Mal gerechnet). Dies ergibt anschliessend die definitive Punktzahl.

## **Beispiel Punktberechnung:**

6123b (= Sprungnummer) 3m (= Springhöhe) SG 3.4 (=Schwierigkeitsgrad)

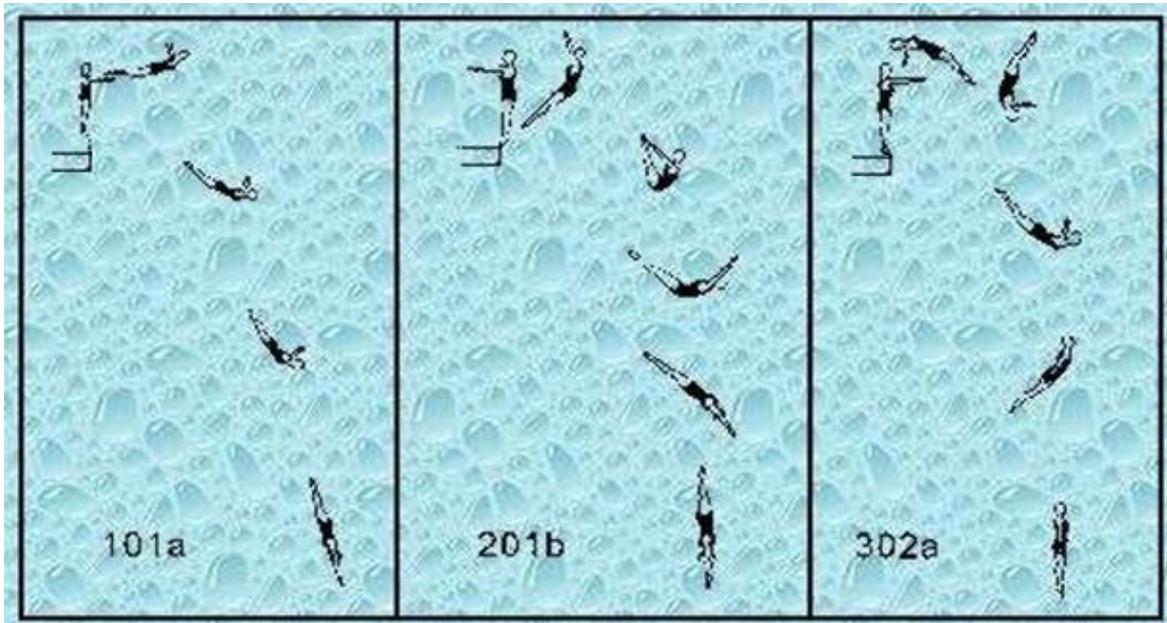
Die Noten sind zum Beispiel 5, 5, 4.5, 4 und 6. Nach dem Streichen werden die Zahlen 5, 5 und 4.5 zusammen gezählt, das gibt 14.5. Das Ergebnis rechnet man mal den Schwierigkeitsgrad des Sprunges (3.4).

**Es gibt 6 Sprunggruppen:**

Vorwärtssprung

Rückwärtssprung

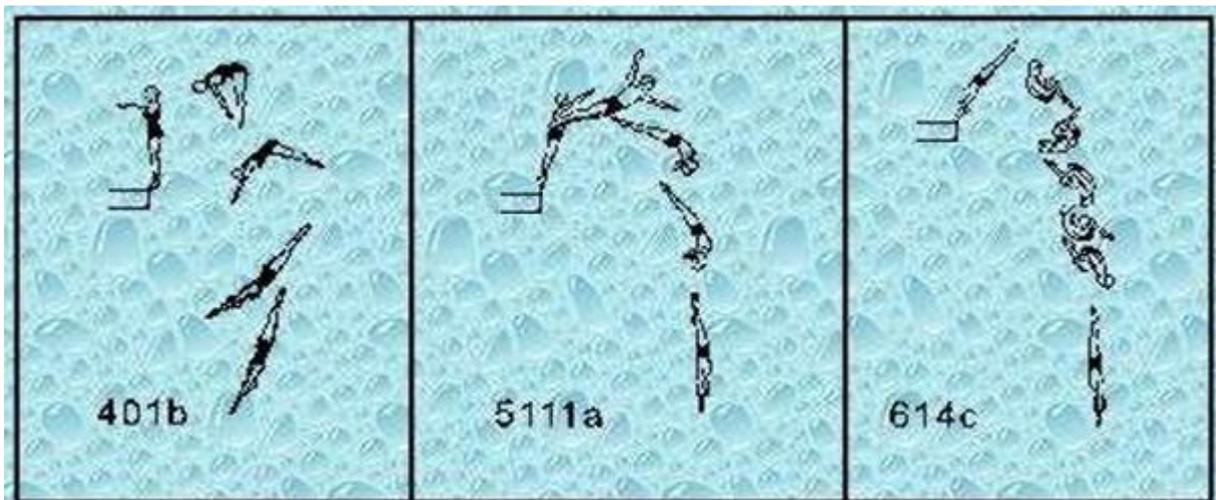
Auerbachsprung



Delfinsprung

Schraubensprung

Handstandsprung



Yasminda