

TRAMPOLIN

Steirische akademische Meisterschaft - SS 2026

WETTKAMPFNUMMER:	876
WETTKAMPFTERMIN:	Di, 12.05.2026 ab 17:00 Uhr
WETTKAMPFORT:	USZ-Rosenhain, Halle 3
TEILNAHME:	Studierende, Bedienstete steirischer und AbsolventInnen aller österreichischen Universitäten, Fachhochschulen und Pädagogischen Hochschulen.
ANMELDUNG:	<ol style="list-style-type: none">Online über https://musi.uni-graz.at/ Zuvor müssen Sie sich in unserem neuen Inscriptionsprogramm (m:USI) auf https://musi.uni-graz.at registrieren. Infos & Anleitung unter: https://sportinstitut.uni-graz.at/de/musi-graz-2024/ oderim USI-Büro (Mo, Mi u. Fr von 09:00-12:00 Uhr / Di u. Do 09:00-12:00 und 13:00-15:00 Uhr)Nachnennung nach Nennschluss (direkt beim Wettkampf, wenn möglich)
NENNGELD:	<ol style="list-style-type: none">Online oder im USI-Büro bis zum Nennschluss € 6Nachnennung nach Nennschluss (direkt beim Wettkampf) € 8
NENNSCHLUSS:	Fr, 08.05.2026 um 12:00 Uhr
BEWERBE / KLASSEN:	<p style="text-align: center;">Trampolinspringen (Großgerät) - Einzelwettkampf</p> <p>Damen Einzel A (offen) Damen Einzel B (für Nicht-Vereinsspringer) Herren Einzel A (offen) Herren Einzel B (für Nicht-Vereinsspringer) Synchron A (es ist erlaubt als Damen-, Herren- oder Mixed-Paar zu starten)</p>
AUSTRAGUNGSMODUS:	<ol style="list-style-type: none">Der Wettkampf besteht aus einer Pflichtübung u. einer Kürübung im Vorkampf sowie einer Kürübung im FinalePflicht- u. Kurübungen bestehen aus je 10 ÜbungsteilenEs gelten die internationalen Wettkampfregeln der FIG mit den entsprechenden Adaptionen des ÖFT (siehe www.oeft.at)Alle Teilnehmer starten auch im Finale. Der Wettkämpfer mit der niedrigsten Vorkampfpunktezahl beginnt. Sieger ist der Wettkämpfer mit der höchsten Gesamtpunktezahl aller 3 Übungen.
PFLICHTÜBUNG:	L0 für alle Vereins- und Nicht-Vereinsspringer (siehe Rückseite)
ZEITPLAN:	17:00 Uhr: Einturnen 18:00 Uhr: Abgabe der Wettkampfkarten 19:00 Uhr: Wettkampfbeginn 20:00 Uhr: Finale 21:00 Uhr: Siegerehrung
WETTKAMPFLEITUNG:	DDI Ingrid EISL, BSc
HAFTUNG bei UNFÄLLEN:	Die Teilnahme am Universitätssport erfolgt auf eigene Gefahr. Nähtere Informationen unter www.usigraz.at .
Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen unter www.usigraz.at sowie die Datenschutzerklärung der UNI-Graz!	

Anforderungen	Übungsbeispiel	Anforderungen	Übungsbeispiel
L0	Übung 0	L1	Übung 1
1. 10 verschiedene Sprünge 2. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Sitz 3. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Stand aus dem Sitz 4. Sprung zum Sitz 5. 1/1 Fußsprungdrehung 6. Mindestschw.: 0.4 Wettkampfwert: 0.0 Schwierigkeit: 0.6	1. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Sitz 2. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Sitz 3. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Stand 4. Fußsprung c (Hocke) 5. Sprung zum Sitz 6. Sprung zum Stand 7. Grätschwindelsprung 8. $\frac{1}{2}$ Fußsprungdrehung 9. Fußsprung b (Bücke) 10. 1/1 Fußsprungdrehung Wettkampfwert: 0.2 Schwierigkeit: 0.6	1. 10 verschiedene Sprünge 2. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Sitz 3. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Stand aus dem Sitz 4. 1/1 Fußsprungdrehung 5. Sprung zum Bauch 6. Mindestschw.: 0.6 Wettkampfwert: 0.2 Schwierigkeit: 0.6	1. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Sitz 2. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Stand 3. Fußsprung c (Hocke) 4. Sprung zum Sitz 5. Sprung zum Stand 6. Grätschwindelsprung 7. Sprung zum Bauch 8. Sprung zum Stand 9. Fußsprung b (Bücke) 10. 1/1 Fußsprungdrehung Wettkampfwert: 0.6 Schwierigkeit: 0.6
L2 – ÖFT Jugendklasse 2	Übung 2	L3	Übung 3
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Sprung zum Bauch 3. 1/1 Fußsprungdrehung 4. Sprung zum Rücken 5. Sprung zum Stand aus der Rückenlage 6. Mindestschw.: 0.8 Wettkampfwert: 0.4 Schwierigkeit: 0.8	1 $\frac{1}{2}$ Drehung zum Sitz 2 $\frac{1}{2}$ Drehung zum Stand 3 Fußsprung c (Hocke) 4 Sprung zum Rücken 5 Sprung zum Stand 6 Grätschwindelsprung 7 Sprung zum Bauch 8 Sprung zum Stand 9 Fußsprung b (Bücke) 10 1/1 Fußsprungdrehung Wettkampfwert: 0.6 Schwierigkeit: 0.8	1. 10 verschiedene Sprünge 2. Max. 9 Sprünge mit <1/1 Saltorotation 3. Salto rw. c oder Rückensprung 4. Salto vw. frei oder Bauchsprung 5. Mindestschw.: 1.3 Wettkampfwert: 0.6 Schwierigkeit: 1.3	1. $\frac{1}{2}$ Fußsprungdrehung 2. Bücke 3. Sprung zum Rücken 4. Sprung zum Stand 5. Grätschwindelsprung 6. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Bauch 7. Sprung zum Stand 8. 1/1 Fußsprungdrehung 9. Hocke 10. Salto vw. c Schwierigkeit: 1.3
L4 – ÖFT Jugendklasse 1	Übung 4	L5 – ÖFT Juniorenklasse	Übung 5
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Salto rw. c 3. Salto vw. frei 4. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Bauch 5. Mindestschw.: 1.8 Wettkampfwert: 0.8 Schwierigkeit: 1.8	1. Salto rw. c 2. $\frac{1}{2}$ Fußsprungdrehung 3. Bücke 4. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Sitz 5. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Stand 6. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Bauch 7. Sprung zum Stand 8. 1/1 Fußsprungdrehung 9. Hocke 10. Salto vw. c Schwierigkeit: 1.8	1. 10 verschiedene Sprünge 2. 2 Saltos rw. aus a, b und c 3. Barani frei 4. $\frac{3}{4}$ Salto vw. a 5. Mindestschw.: 2.5 Wettkampfwert: 1.0 Schwierigkeit: 2.5	1. $\frac{1}{2}$ Drehung zum Bauch 2. Sprung in den Stand 3. Grätschwindelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani b 6. Bücke 7. Salto rw. a 8. Hocke 9. $\frac{3}{4}$ Salto vw. a 10. Sprung zum Stand Schwierigkeit: 2.5
L6 – ÖFT Eliteklasse	Übung 6	L7	Übung 7
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Barani frei 3. $\frac{3}{4}$ Salto vw. a oder $\frac{3}{4}$ Salto rw. frei 4. Salto rw. a 5. Salto rw. b 6. Salto rw. c 7. Mindestschw.: 3.0 Wettkampfwert: 1.2 Schwierigkeit: 3.0	1. $\frac{3}{4}$ Salto rw. a 2. Sprung zum Stand 3. Grätschwindelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. $\frac{1}{2}$ Fußsprungdrehung 8. Hocke 9. Salto rw. c 10. 1/1 Fußsprungdrehung Schwierigkeit: 3.0	1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 7 Sprünge mit mind. $\frac{3}{4}$ Saltorotation 3. Barani a 4. $\frac{3}{4}$ Salto vw. a 5. $\frac{3}{4}$ Salto rw. frei 6. Salto rw. a 7. Cody frei oder Babyflifflis frei 8. Mindestschw.: 3.6 Wettkampfwert: 1.4 Schwierigkeit: 3.6	1. $\frac{3}{4}$ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwindelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. $\frac{3}{4}$ Salto vw. a 10. Sprung zum Stand Schwierigkeit: 3.6
L8 – FIG 11-12-jährige	Übung 8	L9 – FIG 13-14-jährige	Übung 9
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 8 Sprünge mit mind. 1 Sprung zur Bauchlandung 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung Wettkampfwert: 1.6 Schwierigkeit: 4.2	1. $\frac{3}{4}$ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwindelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. Hocke 8. Salto rw. c 9. $\frac{3}{4}$ Salto vw. a 10. Babyflifflis c Schwierigkeit: 4.2	1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. $\frac{3}{4}$ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauchlandung 4. 1 Sprung zur Rückenlandung 5. 1/1 Schraubensalto rw. Wettkampfwert: 2.0 Schwierigkeit: 4.9	1. $\frac{3}{4}$ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwindelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. Salto rw. a 7. 1/1 Schraubensalto rw. 8. Salto rw.c 9. $\frac{3}{4}$ Salto vw. a 10. Babyflifflis b Schwierigkeit: 4.9
L10 – FIG 15-16-jährige	Übung 10	FIG B – FIG Juniorenklasse	FIG A – FIG Eliteklasse
1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind 9 Sprünge mit mind. $\frac{3}{4}$ Saltorotation 3. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 4. 1/1 Schraubensalto rw. 5. Ruy oder Babyrudy Wettkampfwert: 2.4 Schwierigkeit: 5.1	1. $\frac{3}{4}$ Salto rw. a 2. Cody c 3. Grätschwindelsprung 4. Salto rw. b 5. Barani a 6. 1/1 Schraubensalto rw. 7. Rudy 8. Salto rw.c 9. $\frac{3}{4}$ Salto vw. a 10. Babyflifflis b Schwierigkeit: 5.1	1. 10 verschiedene Sprünge 2. Mind. 9 Sprünge mit mind. $\frac{3}{4}$ Saltorotation 3. 1 Doppelsalto vw. oder rw. mit oder ohne Schraube 4. 1 Sprung mit mind. 1 $\frac{1}{2}$ Schrauben 5. 1 Sprung zur Bauch- oder Rückenlandung 6. 1 Sprung aus der Bauch- oder Rückenlandung in Kombination mit Punkt 5 Wettkampfwert: 2.8 Schwierigkeit: 5.1	1. 10 verschiedene Sprünge mit mind. $\frac{3}{4}$ Saltos 2 Sprünge müssen markiert werden. Die Schwierigkeit dieser 2 Sprünge ergibt den Wettkampfwert der FIG A. Diese 2 Sprünge geben im ersten Kürdurchgang keine Schwierigkeitspunkte. Variabler Wettkampfwert

Wettkampfwert..... Dieser Wert wird zu den Haltungsnoten der Pflicht hinzugaddiert
 Mindestschw. Diesen Schwierigkeitswert muss die Übung mindestens aufweisen.
 Der Wert wird jedoch für die Ermittlung der Pflichtnote nicht herangezogen

Nennung
STAM Trampolin (876)
Di, 12.05.2026 ab 17:00 Uhr
Wettkampfleitung: DDI Ingrid EISL, BSc
USZ Rosenhain (Halle 3), Aigner-Rollett-Allee 11, 8010 Graz

	NACHNAME	VORNAME	Damen Einzel A	Damen Einzel B	Damen Synchron A	Mixed Synchron A	E-Mail
1.							
2.							

Ihre Anmeldung ist fix, wenn Sie sich online über <https://musi.uni-graz.at> anmelden.
Zuvor müssen Sie sich unter <https://musi.uni-graz.at> erstregistrieren.
Oder Sie kommen zu unseren Inscriptionszeiten im USI-Büro vorbei.

Zusätzlich retournieren Sie Ihr vollständig ausgefülltes Formular bis spätestens
Fr, 08.05.2026 (Nennschluss 12:00 Uhr) an: usigraz@uni-graz.at.

Nennung
STAM Trampolin (876)
Di, 12.05.2026 ab 17:00 Uhr
Wettkampfleitung: DDI Ingrid EISL, BSc
USZ Rosenhain (Halle 3), Aigner-Rollett-Allee 11, 8010 Graz

	NACHNAME	VORNAME	Herren Einzel A	Herren Einzel B	Herren Synchron A	Mixed Synchron A	E-Mail
1.							
2.							

Ihre **Anmeldung ist fix**, wenn Sie sich **online** über <https://musi.uni-graz.at> anmelden.

Zuvor müssen Sie sich unter <https://musi.uni-graz.at> erstregistrieren.

Oder Sie kommen zu unseren Inscriptionszeiten im USI-Büro vorbei.

Zusätzlich retournieren Sie Ihr vollständig ausgefülltes Formular bis spätestens

Fr, 08.05.2026 (Nennschluss 12:00 Uhr) an: usigraz@uni-graz.at.