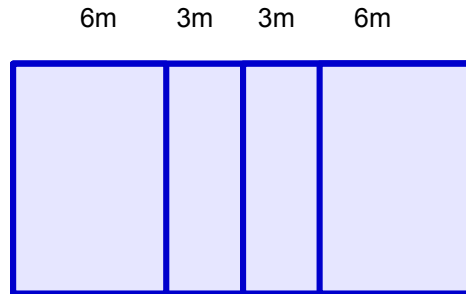




Technik Prüfung Riding Skills



Die Linien des Volleyball-Feldes teilen das Prüfungsfeld in 4 Teile (siehe Grafik). In diesem Feld werden alle Übungen auf die unten eingezeichnete Weise geprüft. Jede Übung beginnt, wenn nicht anders angegeben, im **Normal fahren**. Der Übergang in den ersten abgegebenen Trick erfolgt unmittelbar vor Überqueren der Startlinie (= Grundlinie des Volleyballfeldes). Die Linien der Tabelle stellen die Linien des Feldes dar, die Übergänge sollen auf die angegebene Weise **auf der entsprechenden Linie** erfolgen. Die Übergänge sind direkt vom angegebenen Trick zum nachfolgenden Trick zu zeigen. Wird ein Übergang deutlich vor oder nach der Linie ausgeführt, wird dieser Versuch nicht gewertet. Bei manchen Übungen ist eine Übergangsphase (**Ü**) ausdrücklich eingeplant. In diesem Fall muss der Fahrer seinen Übergang bei Verlassen des angegebenen Feldes ausführt haben, muss sich dabei aber **nicht** an eine bestimmte Linie halten.

Eine Übung gilt als erfolgreich gezeigt, wenn kontrolliert die Ziellinie überquert wurde.

Wenn nicht anders angegeben sind alle Übungen alleine auszuführen. Partnerübungen sind durch ein **[P]** gekennzeichnet. Diese gleichbleibenden Paare werden beim Sichtungstraining bekanntgegeben. Die Partner dürfen bei allen Tricks, bei denen gezogen wird, nur mit einer Hand im rückwärts Fahren ziehen. Beim Schieben darf der Partner mit beiden Händen halten. Bei allen restlichen Tricks (weder gezogen noch geschoben) darf der Partner nur neben dem Fahrer fahren und diesen nur mit einer Hand halten. Wenn nicht anders angegeben, fährt der Partner dabei in der gleichen Fahrtrichtung wie der Fahrer (entweder beide fwd oder beide bwd).

Vorwärts Fahren wurde im Folgenden abgekürzt durch fwd, rückwärts Fahren durch bwd.

Bei allen mit * markierten Tricks müssen die Pedale in der richtigen Hüpfpedalstellung stehen.

Basic Tricks				
1	Fahren bwd [P]	Stand-koosh	Stand-walk (gleicher Weg wieder zurück)	Ü : auf Pedale fallen lassen, Fahren fwd
2	Ü : Aufstehen in Stand-glide gezogen [P]	Stand-glide fwd gezogen	Stand-glide fwd gezogen	Ü : ins Fahren fwd
3	Fahren bwd, Übergang: Aufstehen ins Stand-koosh [P]	Stand-glide/coast bwd geschoben	Stand-glide/coast bwd geschoben	Ü : ins Fahren bwd
4	Seat in back	Seat on side spin nach rechts 3 Runden	Seat on side spin nach links 3 Runden	Seat in back



Anlage 3 Teil 1

5	Fahren fwd	Toe point spin nach rechts 3 Runden	Toe point spin nach links 3 Runden	Fahren fwd
6	Seat in front	Drag seat in front	Ü: Aufheben	Ü: ins Fahren
7	Seat in back	Drag seat in back	Ü: Aufkicken	Ü: ins Fahren
8	1ft extended	Crossover	Wheel-walk	Fahren
Advanced Tricks				
9	Crossover	180° Drehung nach links	Crossover bwd	Ü: ins Fahren bwd
10	Crossover [P]	360° Drehung nach links	Crossover	Ü: direkt ins Fahren fwd
11	Einbein wheel-walk	Stand-walk seat on side	Ü: direkt ins Fahren	Fahren fwd
12	Einbein	Handwheel-walk	Stand-walk	Fahren fwd
13	Seat in front, an Linie Seat in front hopping	180° Unispin, 180° Unispin to Stand-walk	Ü: Fallen lassen in Drag seat in back [P, 3x links, 3x rechts] , drag seat in back fahren	Ü: Aufheben/Aufkicken, Fahren fwd
14	Fahren fwd, Übergang ohne Hand am Sattel	Stand-glide	Stand-glide	Fahren fwd
15	Stand-glide fwd geschoben, an Linie: 180° Drehung nach links [P]	Stand-glide/coast 1ft extended bwd geschoben	Stand-glide/coast 1ft extended bwd geschoben	Ü: ins Fahren fwd
16	Ü: Aufstehen in Stand-glide gezogen ohne Hand am Sattel [P]	Stand-glide 1ft extended gezogen mit Hand am Sattel	Stand-glide 1ft extended gezogen mit Hand am Sattel	Ü: ins Fahren fwd
17	Seat in back, Übergang: steigen/springen [P]	Stand-glide seat on side gezogen	Stand-glide seat on side gezogen	Ü: direkt ins Fahren fwd
18	Seat in front bwd	Drag seat in front bwd	Ü: Aufheben	Fahren bwd
19	Seat in front bwd [P, Partner fährt während der ganzen Übung fwd]	Drag seat in front bwd	180° Drehung [P, 3x nach links, 3x nach rechts]	Drag seat in front fwd
20	Drag seat in back, an Linie 180° Drehung, 3x nach links, 3x nach rechts [P, Partner fährt während der ganzen Übung bwd]	Drag seat in back bwd	Drag seat in back bwd	Richtungswechsel in Drag seat in back fwd, im Fahren die Ziellinie überqueren
21	Crossed riding seat in front (Übergang aus dem Fahren nicht erforderlich)	Crossed riding seat in front	Sideride Kreis, rechter Fuß tritt	Hop on wheel (in gleichem Feld wie Sideride) *

Anlage 3 Teil 1

Expert Tricks				
22	Fahren fwd	Feet under pedals	Feet under pedals	Fahren fwd
23	Fahren bwd	Spoke walk	Koosh koosh	Fahren bwd
24	Hop on wheel (Übergang aus dem Fahren nicht erforderlich)	Sideways wheel-walk	Hop on wheel	Fahren fwd
25	Fahren fwd	Handwheel-walk feet extended	Handwheel-walk feet extended	Fahren fwd
26	Ü: Aufstehen in Stand-glide gezogen ohne Hand am Sattel [P]	Stand-glide 1ft extended gezogen ohne Hand am Sattel	Stand-glide 1ft extended gezogen ohne Hand am Sattel	Ü: ins Fahren fwd
27	Seat in front bwd	Drag seat in front bwd	Ü: Aufkicken to Seat in front bwd	Seat in front bwd freehanded
28	Drag seat in front fwd [P, Partner fährt während der ganzen Übung fwd]	180° Drehung nach rechts	Drag seat in front bwd	Ü: Aufheben
29	Crossed riding seat in front (Übergang aus dem Fahren nicht erforderlich)	Crossed drag seat in front	Ü: Crossed drag seat aufheben	Crossed riding seat in front



Stationary Skills

Stationary Skills sollen auf einer Stelle ausgeführt werden. Hierbei ist in alle Richtungen ein Spielraum von 50cm erlaubt. Die Übung gilt als erfolgreich ausgeführt, wenn danach mindestens 5x kontrolliert weiter gehüpft oder 3 Radumdrehungen gefahren werden. Geprüft werden alle Hüpftricks im Rhythmus einer Audio-Datei (vgl. Videos im Anhang). Bei allen mit * markierten Tricks müssen die Pedale in der richtigen Hüpfpedalstellung stehen.

	davor	Trick	danach
Basic Tricks			
30	Seat in front hopping *	90° Unispin to Hop on wheel, 90° Unispin to Seat in front hopping	Seat in front hopping *
31	Seat in front hopping *	180° Unispin	Seat in front hopping *
32	Pendeln	Crank idle auf linker Kurbel, Sattel rechts vom Körper	Pendeln
33	Seat in front hopping *	Leg around	Seat in front hopping *
34	Jump mount to Seat in front crossed hopping *	Seat in front crossed hopping, Wheel grab to seat in front hopping	Seat in front hopping *
Advanced Tricks			
35	Spin	1ft extended spin 3 Runden im Uhrzeigersinn (in 1,5mx1,5m-Feld)	Spin
36	Hop on wheel	180° Unispin on wheel	Hop on wheel
37	Seat in front hopping, Sattel richtig herum *	270° Unispin	Hop on wheel
38	Seat in front hopping, Sattel richtig herum *	360° Unispin	Seat in front hopping *
39	Hop on wheel	270° Unispin	Seat in front hopping, Sattel richtig herum *
40	Seat in front hopping *	Auf den Boden springen und in die Knie gehen, Jump mount to seat in front crossed hopping	Seat in front crossed hopping *
41	Auf Felge knien	Jump mount to Crossed hop on wheel	Crossed hop on wheel *
42	Seat in front hopping *	90° Unispin	Crossed hop on wheel



Anlage 3 Teil 1

43	Crossed hop on wheel	90° Unispin	Seat in front hopping, Sattel richtig herum *
Expert Tricks			
44	Seat in front hopping *	Wrap roll (nicht unbedingt innerhalb des Feldes)	Seat in front hopping *
45	Seat in front hopping, Sattel richtig herum *	Back roll (nicht unbedingt innerhalb des Feldes)	Seat in front hopping, Sattel richtig herum *
46	Seat in front hopping *	360° Unispin to Stand-walk	Stand-walk (nicht unbedingt innerhalb des Feldes)
47	Seat in front hopping, Sattel richtig herum *	540° Unispin	Seat in front hopping *

Video-Links



Diese Videos sollen einen Anhaltspunkt zur Ausführung darstellen und der Verdeutlichung dienen.

Wir möchten allerdings darauf hinweisen, dass alleiniges Bewertungskriterium die Trickliste mit den zugehörigen Angaben ist.

Die YouTube-Videos sind nicht gelistet, heißt sie können nur über den Link und nicht über die Suchfunktion aufgerufen werden. Über den rechten Link stehen die Videos zum Download bereit.

Trick	Link YouTube	Link Download
#1	https://youtu.be/y3r3LMzqiek	https://bit.ly/3lbUs4g
#2	https://youtu.be/eGg0BNcEJV4	https://bit.ly/3hqudEO
#3	https://youtu.be/2v0CpjTac1Q	https://bit.ly/34p36Xj
#4	https://youtu.be/axHuthW5Nss	https://bit.ly/34rbwx8
#5	https://youtu.be/6EWGqWne55l	https://bit.ly/31o0erF
#6	https://youtu.be/RRsFiIktOWA	https://bit.ly/3l9VbD4
#7	https://youtu.be/0W90yIhVJNY	https://bit.ly/3hqAU9Y
#8	https://youtu.be/ZJyHh7b_YnQ	https://bit.ly/2Yt1SGF
#9	https://youtu.be/pdsilIBOH6s	https://bit.ly/34nJRNm
#10	https://youtu.be/QsSxCQ7Ltcg	https://bit.ly/3lcfvTL
#11	https://youtu.be/jeUs7oZaPhA	https://bit.ly/3aT5dno
#12	https://youtu.be/AvrBb59NSXY	https://bit.ly/34umSRg



Anlage 3 Teil 2

Trick	Link YouTube	Link Download
#13	https://youtu.be/Z-8Qsb4rilc	https://bit.ly/31lRouA
#14	https://youtu.be/OEzCW2Yors8	https://bit.ly/2Qhz0Nb
#15	https://youtu.be/eyge3oNS3uc	https://bit.ly/32qVkcW
#16	https://youtu.be/b4vl-umBbWc	https://bit.ly/3jdINQv
#17	https://youtu.be/qFZa5Uf73Oo	https://bit.ly/3l9RCga
#18	https://youtu.be/NQSjFv-oL5g	https://bit.ly/2EjAEeA
#19	https://youtu.be/Tk7FnV23ljY	https://bit.ly/3j5KOhR
#20	https://youtu.be/3x8HO7oMFPI	https://bit.ly/3gkAOzj
#21	https://youtu.be/PS0kwCRdE8w	https://bit.ly/2YvAGqF
#22	https://youtu.be/0wVpCXJW_CU	https://bit.ly/3aTfOik
#23	https://youtu.be/wb8WkG3JQjg	https://bit.ly/3aS69by
#24	https://youtu.be/1veoHAiBncl	https://bit.ly/2YweuNj
#25	https://youtu.be/ViLizlu0u-Y	https://bit.ly/3jdHxgf
#26	https://youtu.be/b85PdiZhf7k	https://bit.ly/3hBd7UM
#27	https://youtu.be/evOIXiUOv0w	https://bit.ly/34u4mbK
#28	https://youtu.be/PeoHpZdJFM0	https://bit.ly/34sEIUL
#29	https://youtu.be/-64oWlhWgtU	https://bit.ly/3aPC3FA
#30	https://youtu.be/NEli2yikj-M	https://bit.ly/2CXjkvq
#31	https://youtu.be/THzIK9sTSJQ	https://bit.ly/32hMcqY
#32	https://youtu.be/OX4UgBl0mVs	https://bit.ly/32ovtSV

Anlage 3 Teil 2

Trick	Link YouTube	Link Download
#33	https://youtu.be/zGlnjKai3rM	https://bit.ly/2YvvnYh
#34	https://youtu.be/D4yWesY-FqQ	https://bit.ly/3j8zktP
#35	https://youtu.be/z0lThEOb97s	https://bit.ly/32hLRVe
#36	https://youtu.be/zTzT2Ub53l0	https://bit.ly/2Eszf5e
#37	https://youtu.be/mcWMtLxlnaA	https://bit.ly/3gp41JB
#38	https://youtu.be/uVserWP_KEk	https://bit.ly/3aS8oMf
#39	https://youtu.be/wr3UdAd9hos	https://bit.ly/3lkTdA3
#40	https://youtu.be/obzR0ZcSnq4	https://bit.ly/2Ey1XS5
#41	https://youtu.be/xf9JelO4iSU	https://bit.ly/3hofJWh
#42	https://youtu.be/DPYeb21PTQw	https://bit.ly/3hpLjCW
#43	https://youtu.be/ql2PRHH6KVE	https://bit.ly/3j1hk4G
#44	https://youtu.be/o5EqOKt1Dhw	https://bit.ly/2EkXTFd
#45	https://youtu.be/yOSvaF8s4ac	https://bit.ly/3leTpQX
#46	https://youtu.be/pbXtsO71SuE	https://bit.ly/34rNcLz
#47	https://youtu.be/fyI6g2FbDPU	https://bit.ly/2FL1Cw4

