



ÖSTERREICHISCHER ROCK'N'ROLL &
BOOGIE WOOGIE TANZSPORTVERBAND

Rock'n'Roll Akrobatik | Boogie Woogie | Lindy Hop | Jitterbug | Swing | Bugg

FIGURENKATALOG

ROCK'N'ROLL-AKROBATIK



NEUE FIGUREN 2025

Couple Dance Show National | 2025 | 2.0

Veröffentlicht 2025-03

Akrobatikfiguren der Klasse Couple Dance Show National

GRUPPEN, WERTIGKEIT, SAFETY LEVEL

Informationen 4

Eingänge, Übergänge, Ausgänge

Eingänge 5

Übergänge 6

Ausgänge 7

Gruppe 1 / KÖRPERWELLENTÉCHNIK

Tabellenübersicht Gruppe 1 8

Doppel-Hüftsitz 8

Hüftsitz 9

Schwan 10

Kerze 10

Lübbi 11

Shalom 12

Hüftstütz 14

Stuttgart 14

Sagi 15

Italiener 16

Gruppe 2 / HEBEFIGUREN

Tabellenübersicht Gruppe 2 18

Grätschheber über Kopf 18

Winterthur 19

Stütz über Kopf gegrätscht 20

Stützpromenade 22

Eis mit 1/1 Damendrehung 22

Lasso 23

Gruppe 3 / TODESSTURZ

Tabellenübersicht Gruppe 3 24

Hecht 24

Kleiner Taucher 24

Todessprung 25

Karnickel 25

Gruppe 4 / ROTATIONSFIGUREN

Tabellenübersicht Gruppe 4 26

Teller 26

Kegel 27

Wickler 28

C-Kugel 28

Gruppe 5 / KOMBINATIONEN

Beispiel für eine 2er Kombination 29

Gruppe 6 / AUSNAHMEFIGUREN

Tabellenübersicht Gruppe 6 30

Stern 30

Schleuder 31

Fluggrätsche 31

Zugrolle 31

Käskehre 32

Reneder 34

Villacher mit Shalom 34

C-Schraube 35

Schwalbe 35

Schwalbe mit Todessturz 35

Unterschwung 36

Bat 36

Harrier 37

INFORMATIONEN

Informationen 37

ALLE FIGUREN

Tabellenübersicht nach Punkten 38

BEGRIFFSERKLÄRUNG

STOP	Es muss ein eindeutiger Bewegungsstillstand in der Haltepose erkennbar sein.
OHNE STOP	Der Bewegungsablauf darf nicht unterbrochen werden.
OPTIMALE AUSFÜHRUNG	Maximale Punktzahl nur bei optimaler Ausführung.
OPTIONAL	Variationsmöglichkeit innerhalb einer Akrobatikfigur.
ANDERE GRIFFE ERLAUBT	Die Griffart darf von der Darstellung abweichen.
90°/ 45°/ 30°/ ...	Alle Winkelangaben sind gemessen zum Boden zu verstehen.
Bei allen Figuren dürfen Herr und Dame die Rollen tauschen. Alle Figuren dürfen auch seitenverkehrt zum jeweils dargestellten Ablauf ausgeführt werden.	

GRUPPENEINTEILUNG

Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4	Gruppe 5	Gruppe 6
Körperwellen-technik	Hebefiguren	Todesstürze	Rotationen	Kombinationen	Ausnahme-figuren

WERTIGKEITEN

Wert der 1. Akrobatik									
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Wert der 2. und 3. Akrobatik									
A'	B'	C'	D'	E'	F'	G'			
0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5			

SAFETY LEVEL 2

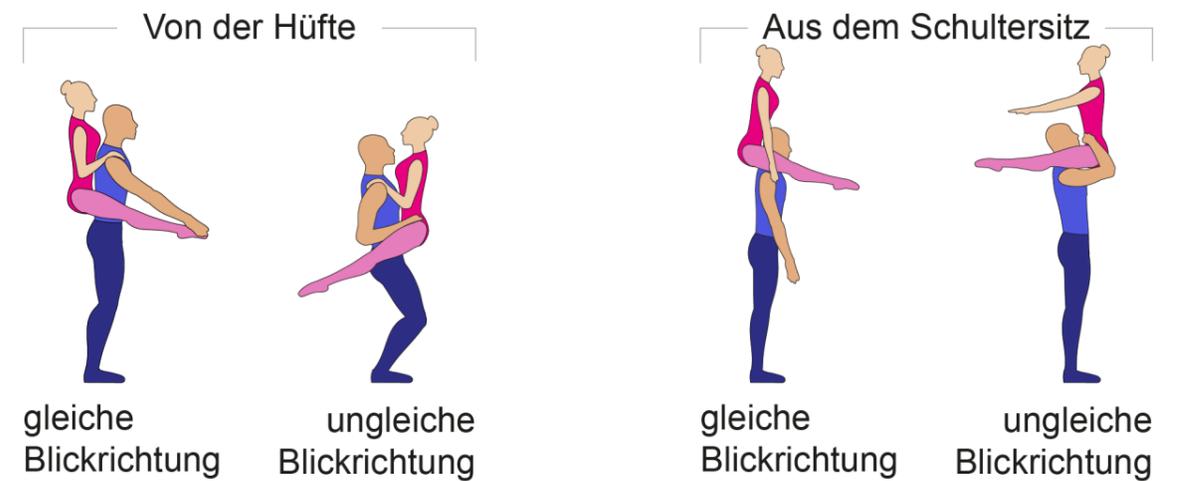
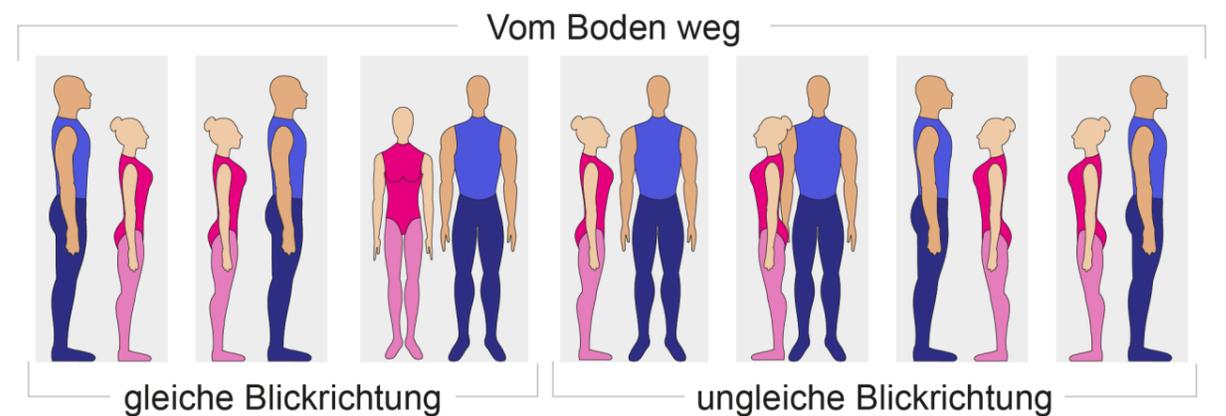
REGELN	EINSCHRÄNKUNGEN
A ständiger Bodenkontakt von beiden Partnern	--- keine Einschränkung
B der Kopf höher als die eigene Hüfte	E 2 die Hüfte darf nicht über die Kopfhöhe des Partners
C mit festem Griff = mindestens ein Arm umgreift vollständig den Rumpf des Partners	E 6 keine Rotationen ab Schulterhöhe
D mit Griff = • Hand zu Hand • Eine Hand um das Handgelenk oder den Arm des Partners • Je eine Hand an jeder Seite des Rumpfes des Partners	E 2 die Hüfte darf nicht über die Kopfhöhe des Partners
	E 3 es darf nicht zwischen oder neben den Beinen des Partners geschwungen werden
	E 4 kein Überschlag

Es genügt, wenn eine Figur einer der Regeln des Safety Level entspricht und keiner Einschränkung unterliegt.

In allen Runden der Klasse Couple Dance Show national sind 5 Akrobatikfiguren zu zeigen, davon maximal 2 Kombinationen. Es gibt keine Vorgaben über die Auswahl der Gruppen.

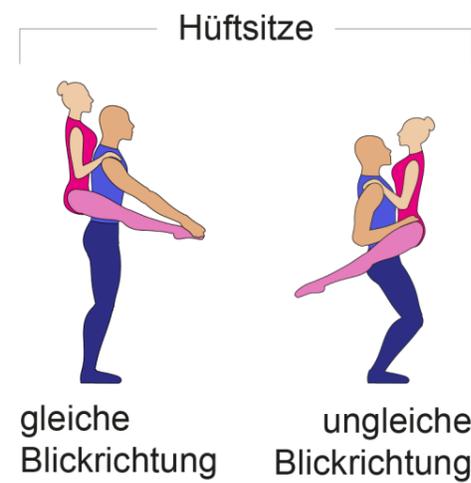
Eingänge

	Punkte	
Vom Boden weg	0	
Von der Hüfte	gleiche Blickrichtung	0
	ungleiche Blickrichtung	0
Aus dem Schultersitz	gleiche Blickrichtung	0
	ungleiche Blickrichtung	0
Aus dem Hochzeitssitz	0	



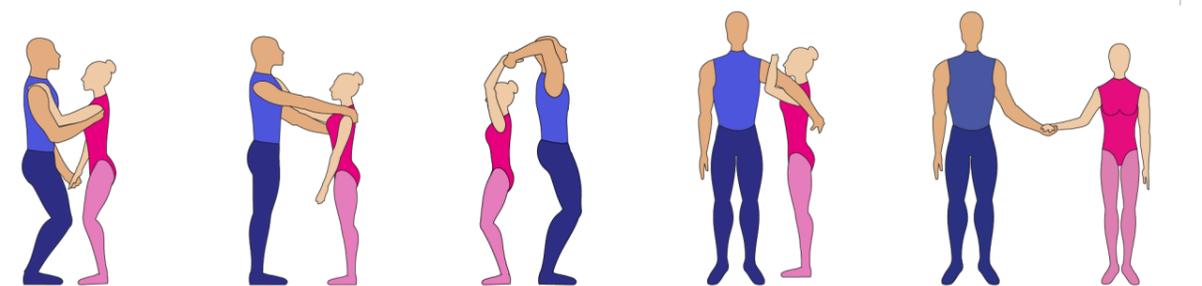
ÜBERGÄNGE

Übergänge		1.Übergang	2.Übergang
Hüftsitze	gleiche Blickrichtung	0	0
	ungleiche Blickrichtung	0	0
Shalom		0	0
Hochzeitsitz		0	0



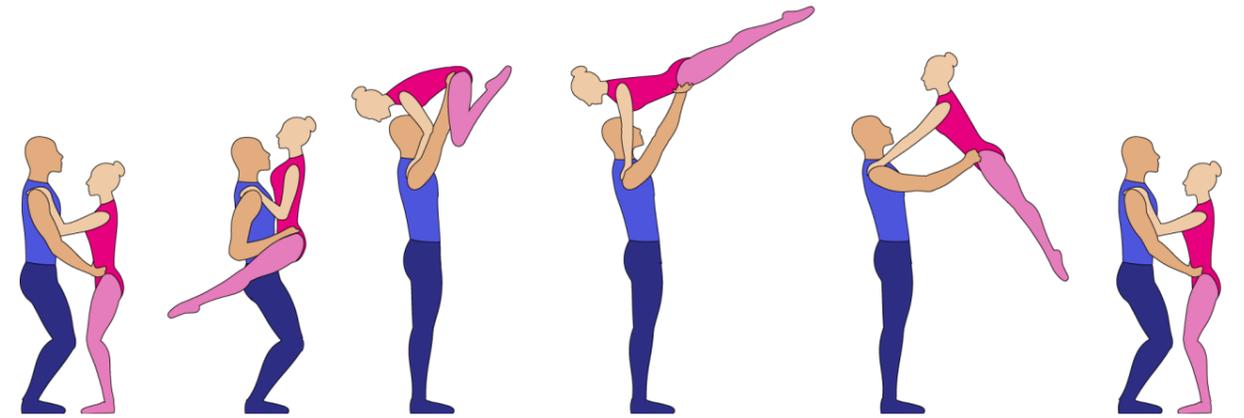
AUSGÄNGE

Ausgänge	Punkte
Landung am Boden	0

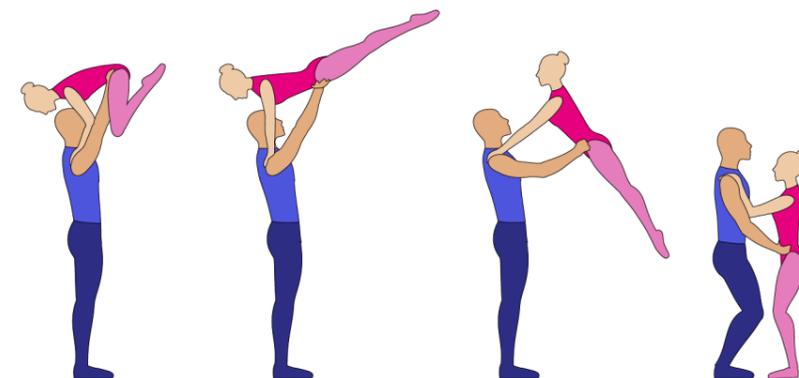
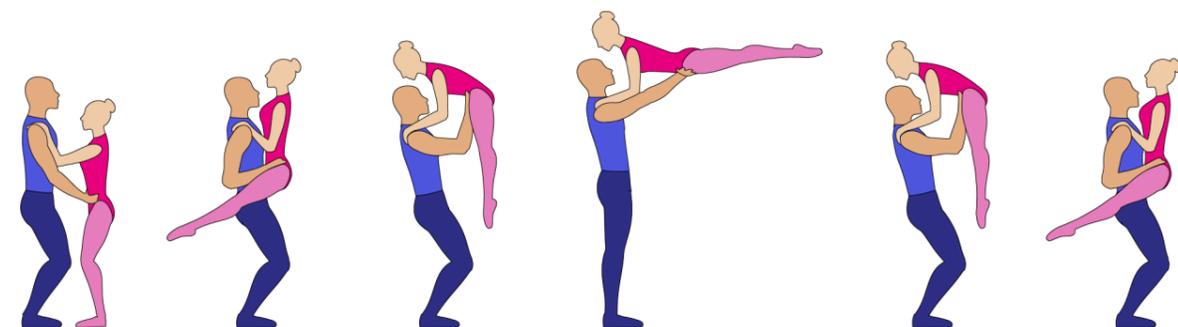


Tabellenübersicht Gruppe 1		1. Akro		2.+3.	
Hüftsitz	A	4	A'	0,5	
Doppel-Hüftsitz	C	6	C'	1,5	
Schwan ODER Twix mit Eingang Grätschsitz	D	7	D'	2	
Schwan ODER Twix mit Eingang ab Boden	E	8	E'	2,5	
Kerze mit Eingang Grätschsitz	F	9	F'	3	
Kerze mit Eingang ab Boden	G	10	G'	3,5	
Shalom	A	4	A'	0,5	
Shalom mit ½Twist bei Ein- ODER Ausgang	B	5	B'	1	
Shalom mit ½ Twist bei Ein- UND Ausgang	C	6	C'	1,5	
Shalom mit 360° Herrendrehung	C	6	C'	1,5	
Shalom mit ½Twist bei Ein- ODER Ausgang mit 360° Herrendrehung	D	7	D'	2	
Doppelshalom	C	6	C'	1,5	
Doppelshalom mit ½Twist bei Ein- ODER Ausgang	D	7	D'	2	
Doppelshalom mit 360° Herrendrehung	E	8	E'	2,5	
Doppelshalom mit ½ Twist bei Ein- ODER Ausgang mit 360° Herrendrehung	F	9	F'	3	
Hüftstütz mit Eingang Shalom	D	7	D'	2	
Hüftstütz mit Eingang Shalom mit ½ Twist bei Ein- ODER Ausgang	E	8	E'	2,5	
Stuttgart	C	6	C'	1,5	
Sagi gehockt	C	6	C'	1,5	
Sagi gebückt	E	8	E'	2,5	
Sagi gestreckt	G	10	G'	3,5	
Lübbi	E	8	E'	2,5	
Italiener mit Schulterwaage	D	7	D'	2	
Italiener mit Schulterwaage mit Eingang Rückengrätschsitz	E	8	E'	2,5	
Italiener mit ½ Twist-Ausgang und Schulterwaage	E	8	E'	2,5	
Italiener mit ½ Twist-Ausgang und Schulterwaage mit Eingang Rückengrätschsitz	G	10	G'	3,5	

Hüftsitz		1. Akro		2.+3.	
Hüftsitz	A	4	A'	0,5	



Doppel-Hüftsitz		1. Akro		2.+3.	
Doppel-Hüftsitz	C	6	C'	1,5	



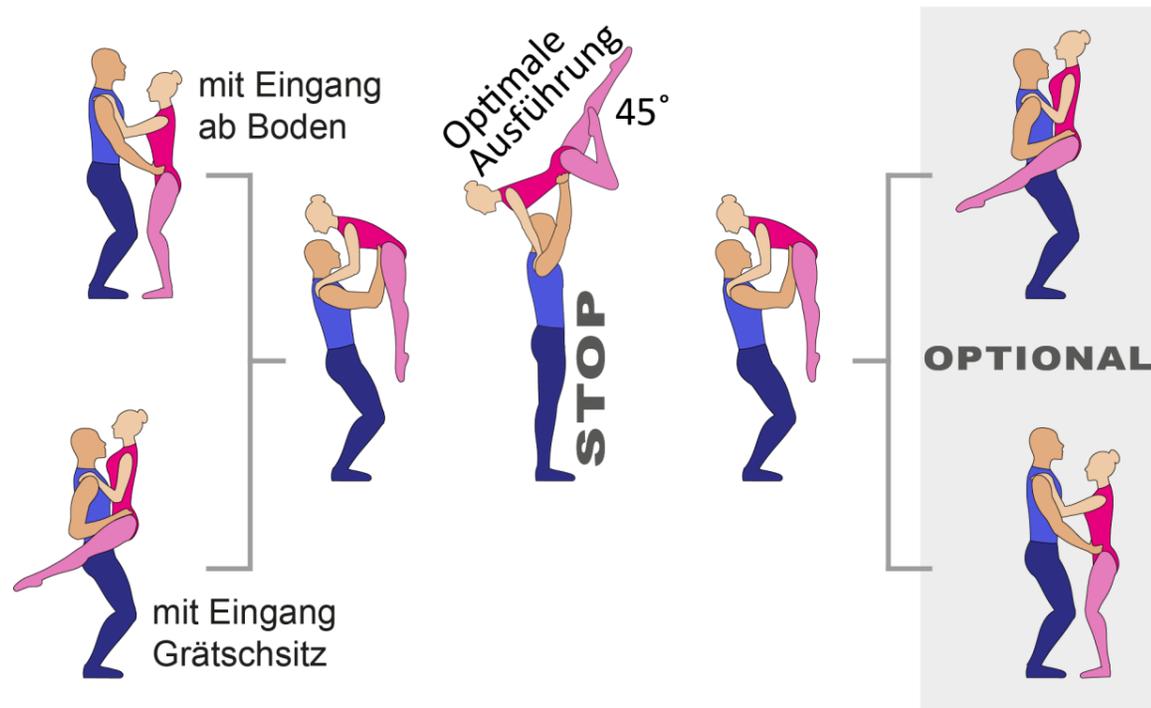
Doppel-Hüftsitz

Schwan

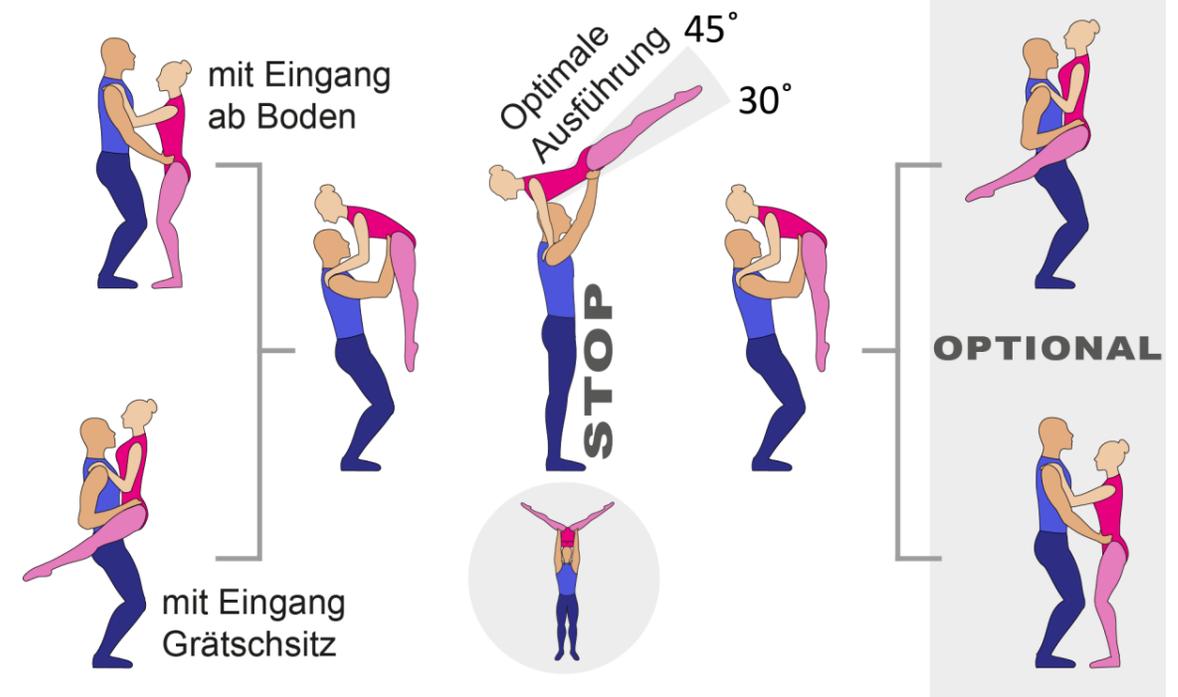
Schwan ODER Twix mit Eingang Grätschsitz

Schwan ODER Twix mit Eingang ab Boden

1. Akro	2.+3.
D 7	D' 2
E 8	E' 2,5



Twix

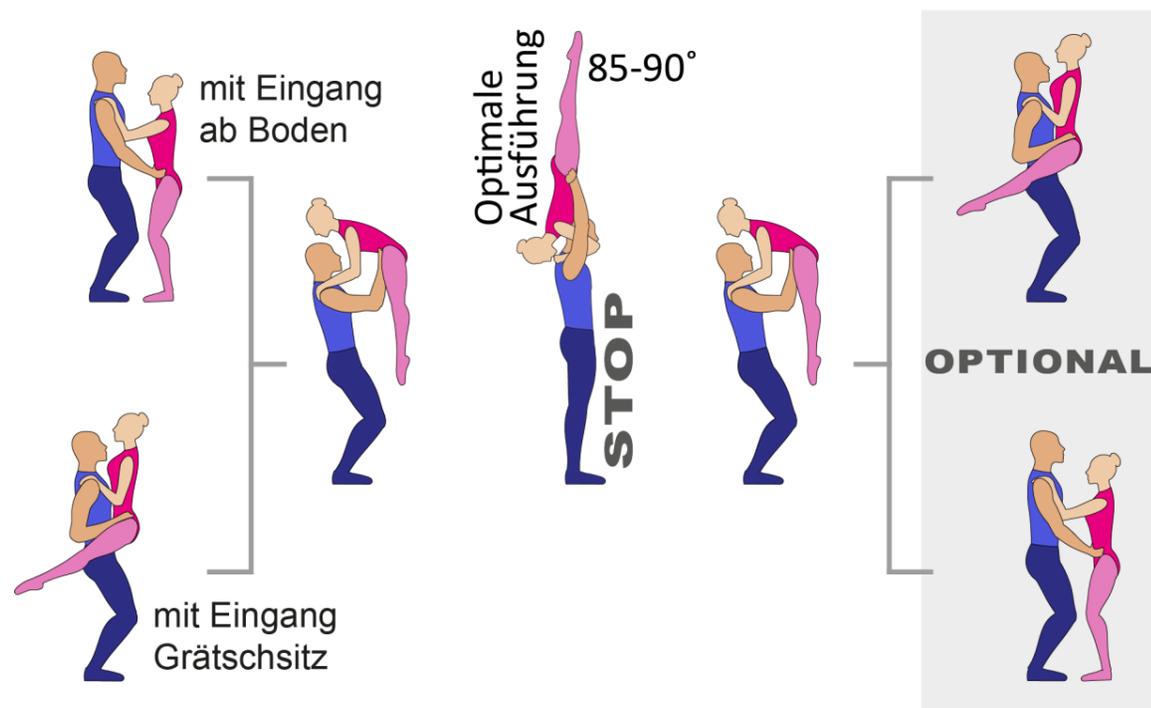


Kerze

Kerze mit Eingang Grätschsitz

Kerze mit Eingang ab Boden

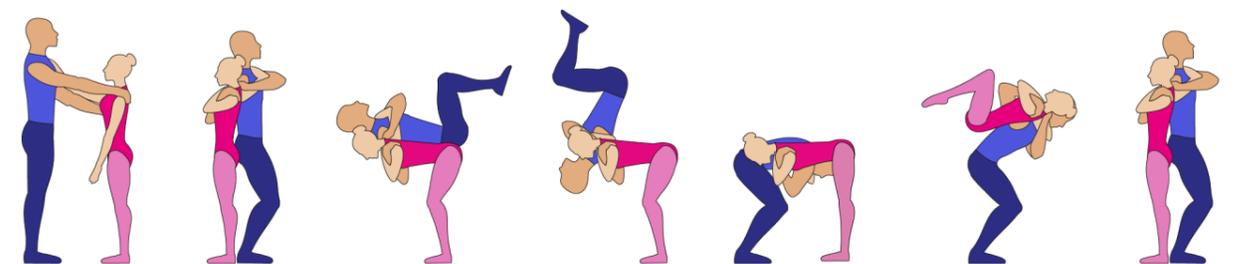
1. Akro	2.+3.
F 9	F' 3
G 10	G' 3,5



Lübbi

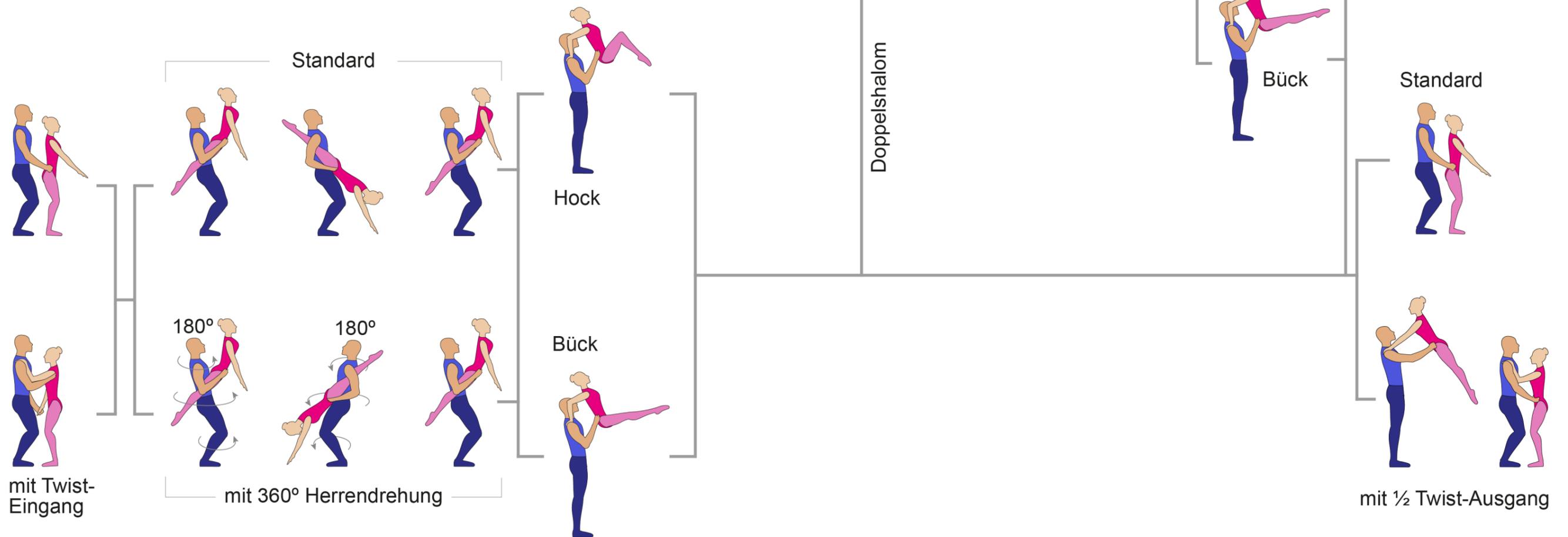
Lübbi

1. Akro	2.+3.
E 8	E' 2,5



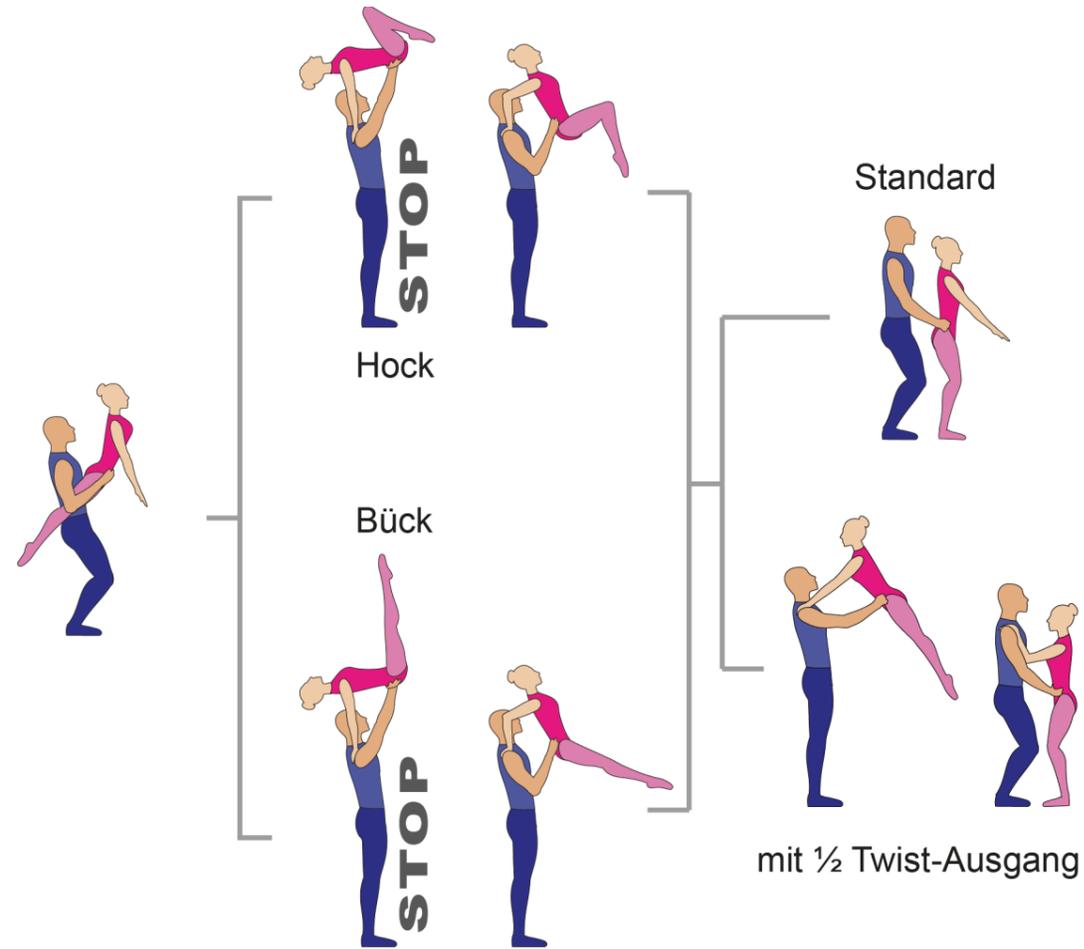
Shalom	1. Akro	2.+3.
Shalom	A 4	A' 0,5
Shalom mit 1/2 Twist bei Ein- ODER Ausgang	B 5	B' 1
Shalom mit 1/2 Twist bei Ein- UND Ausgang	C 6	C' 1,5
Shalom mit 360° Herrendrehung	C 6	C' 1,5
Shalom mit 1/2 Twist bei Ein- ODER Ausgang mit 360° Herrendrehung	D 7	D' 2
Doppelshalom	C 6	C' 1,5
Doppelshalom mit 1/2 Twist bei Ein- ODER Ausgang	D 7	D' 2
Doppelshalom mit 360° Herrendrehung	E 8	E' 2,5
Doppelshalom mit 1/2 Twist bei Ein- ODER Ausgang mit 360° Herrendrehung	E 8	E' 2,5

Shalom



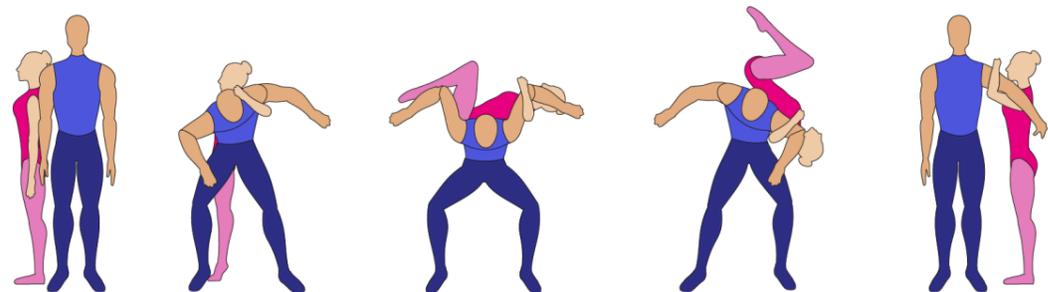
Hüftstütz

	1. Akro		2.+3.	
Hüftstütz mit Eingang Shalom	D	7	D'	2
Hüftstütz mit Eingang Shalom mit 1/2 Twist bei Ein- ODER Ausgang	E	8	E'	2,5



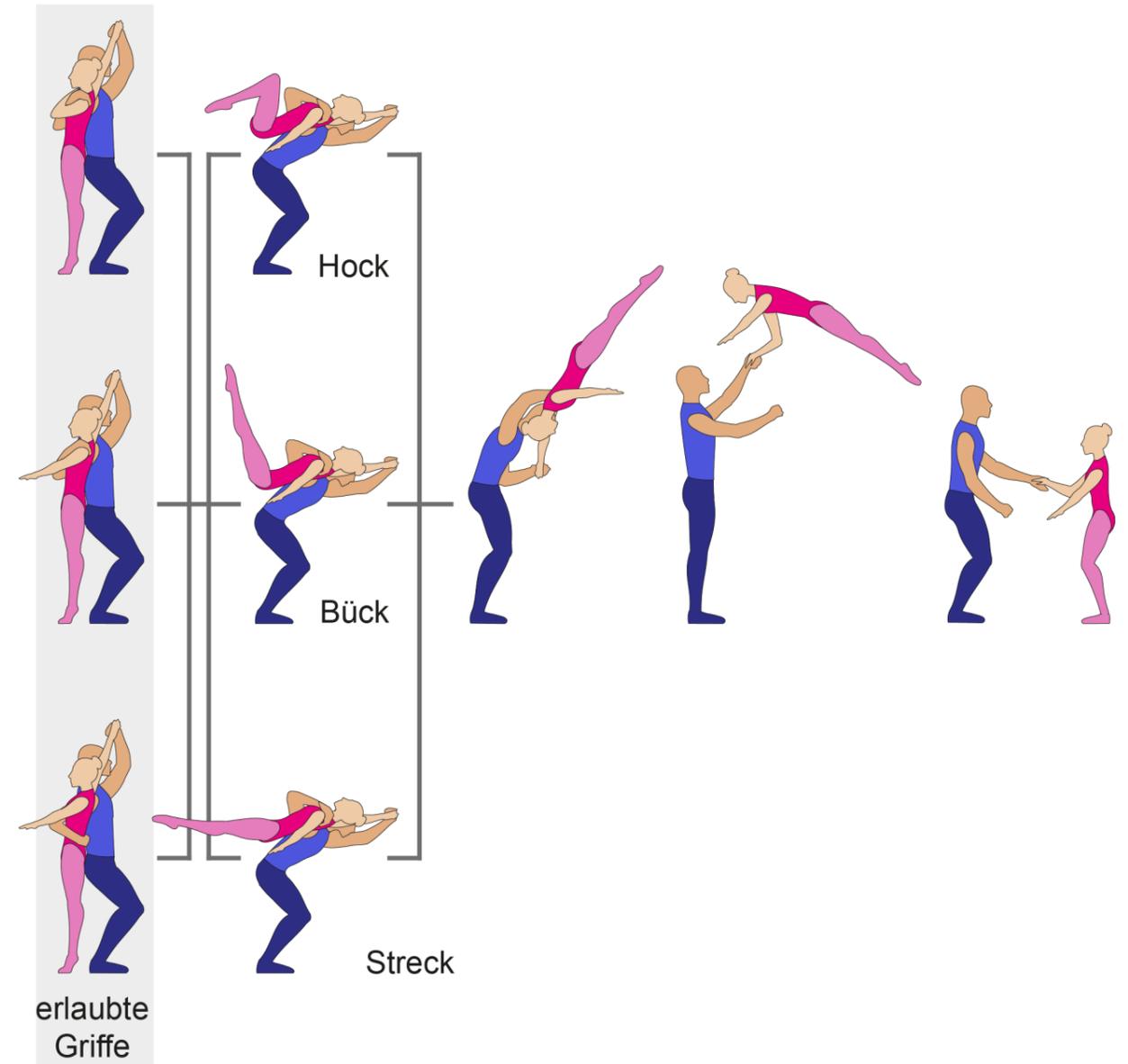
Stuttgart

	1. Akro		2.+3.	
Stuttgart	C	6	C'	1,5



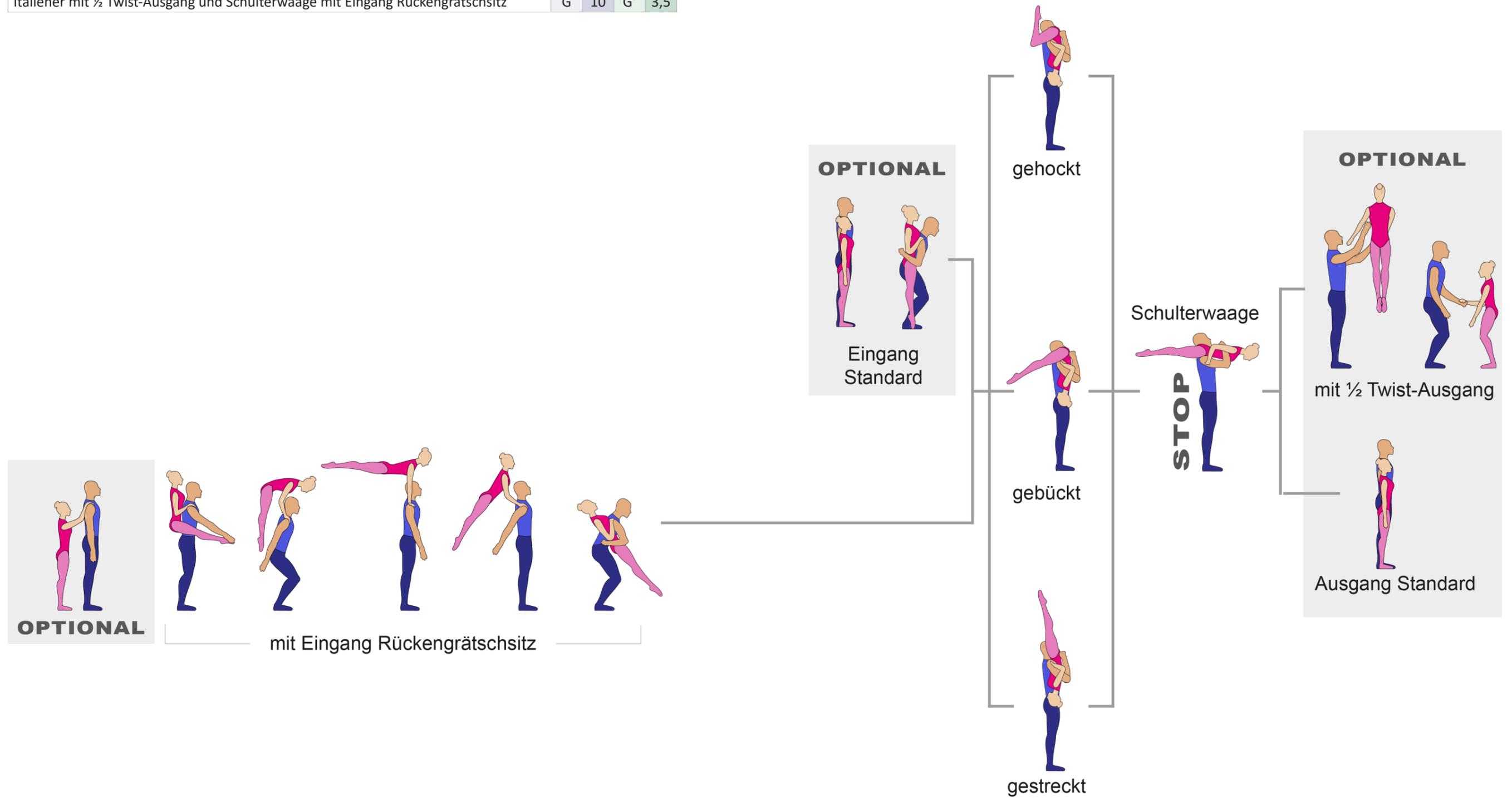
Sagi

	1. Akro		2.+3.	
Sagi gehockt	C	6	C'	1,5
Sagi gebückt	E	8	E'	2,5
Sagi gestreckt	G	10	G'	3,5



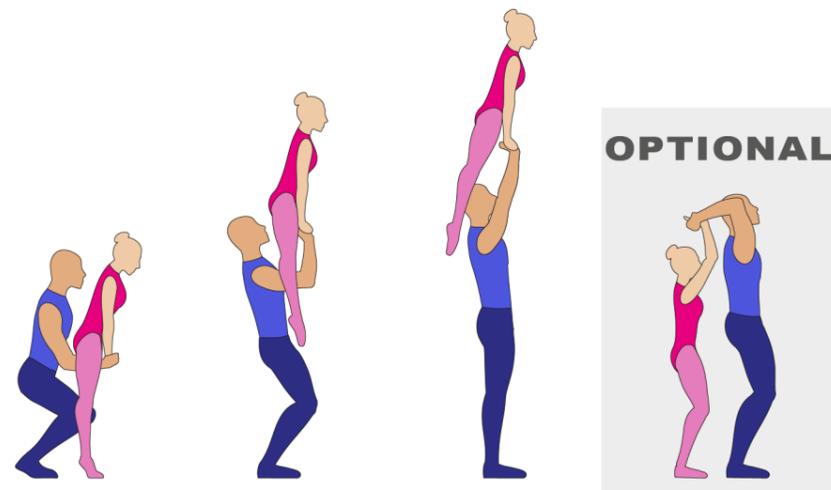
Italiener		1. Akro		2.+3.	
Italiener mit Schulterwaage		D	7	D'	2
Italiener mit Schulterwaage mit Eingang Rückengrätschsz		E	8	E'	2,5
Italiener mit ½ Twist-Ausgang und Schulterwaage		E	8	E'	2,5
Italiener mit ½ Twist-Ausgang und Schulterwaage mit Eingang Rückengrätschsz		G	10	G'	3,5

Italiener

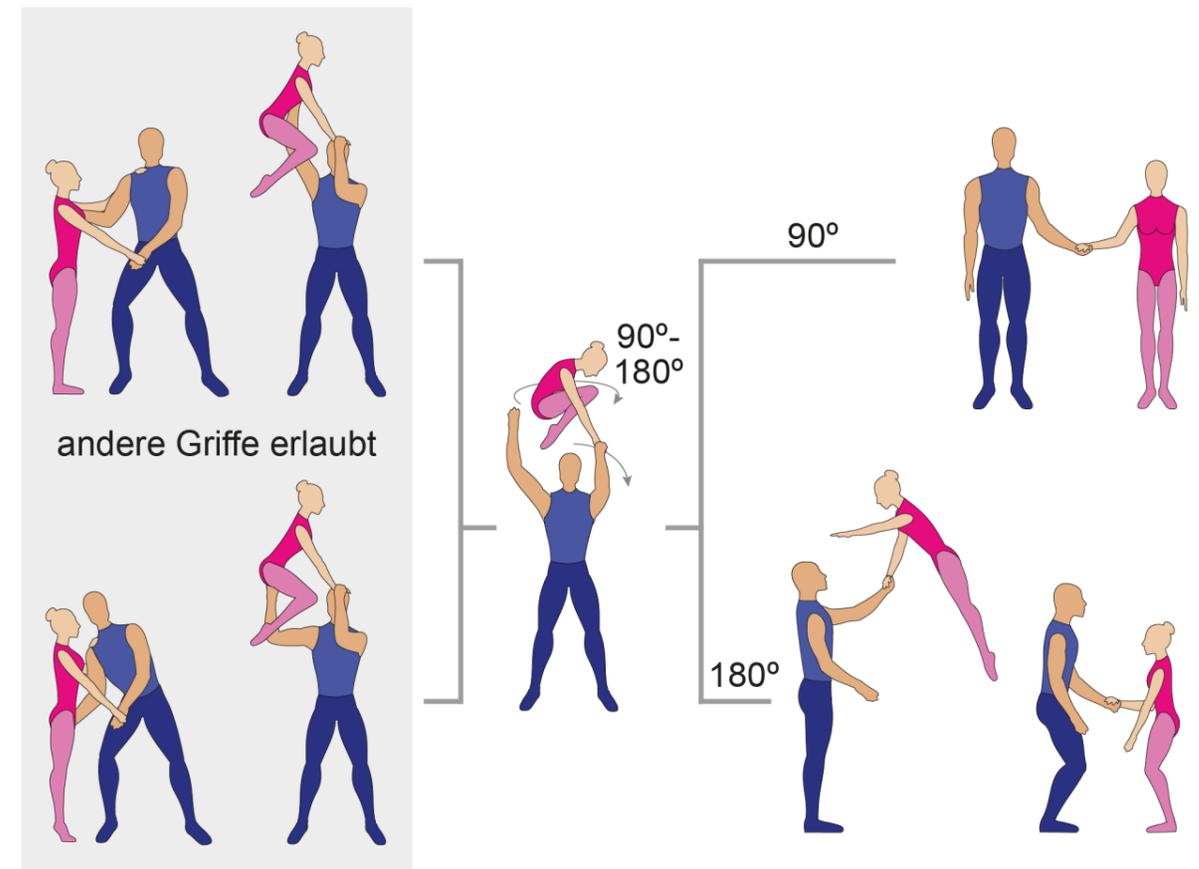


Tabellenübersicht Gruppe 2		1. Akro		2.+3.	
Grätscheber über Kopf	D	7	D'	2	
Stütz über Kopf gegrätscht	D	7	D'	2	
Stütz über Kopf gegrätscht mit Achselgrätsche	E	8	E'	2,5	
Stütz über Kopf gegrätscht mit Achselgrätsche wieder in den Stütz	H	11			
Stützpromenade	F	9	F'	3	
Eis mit 1/1 Damendrehung	H	11	H'	4	
Eis mit 1/1 Damendrehung in beide Richtungen	J	13			
Winterthur mit 90° Damendrehung	F	9	F'	3	
Winterthur mit 180° Damendrehung	G	10	G'	3,5	
Lasso	I	12			

Grätscheber über Kopf		1. Akro		2.+3.	
Grätscheber über Kopf	D	7	D'	2	



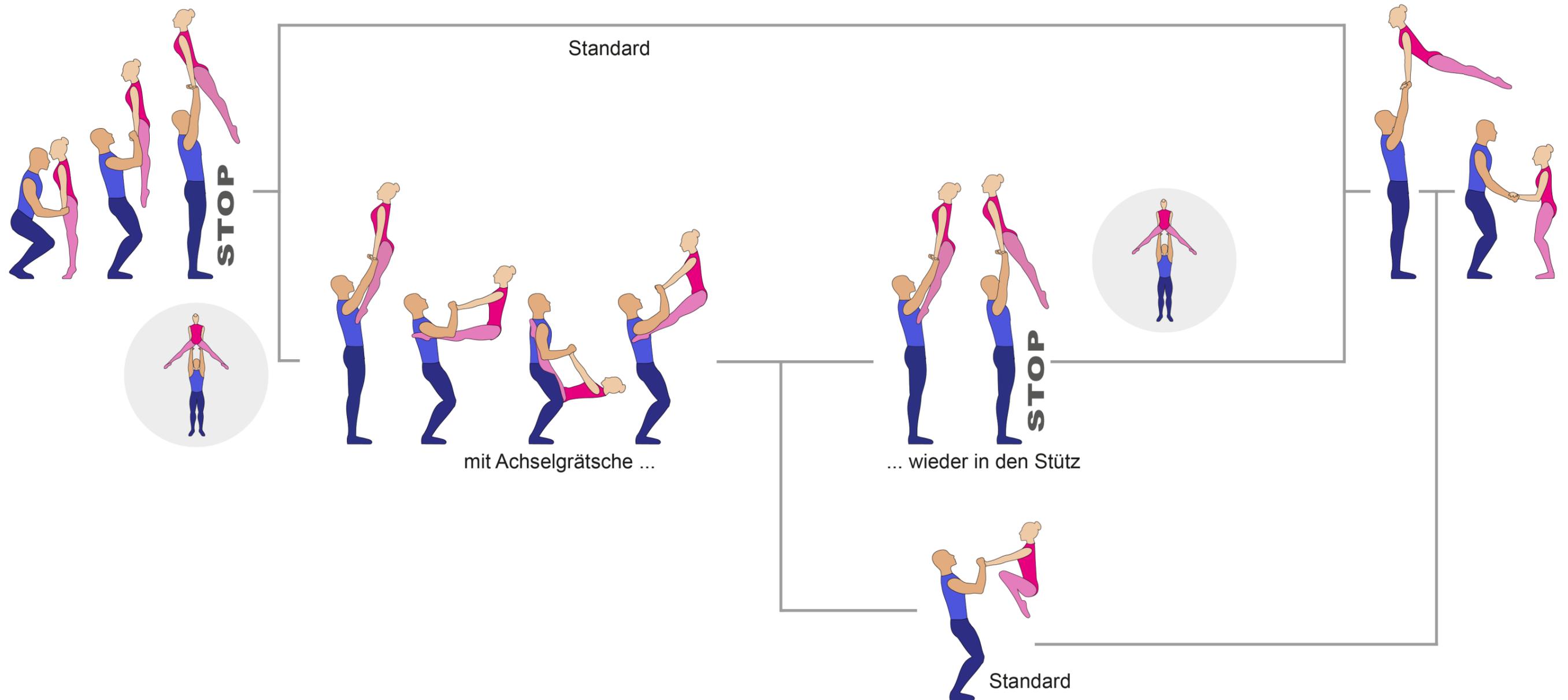
Winterthur		1. Akro		2.+3.	
Winterthur mit 90° Damendrehung	F	9	F'	3	
Winterthur mit 180° Damendrehung	G	10	G'	3,5	



Stütz über Kopf gegrätscht

	1. Akro	2.+3.
Stütz über Kopf gegrätscht	D 7	D' 2
Stütz über Kopf gegrätscht mit Achselgrätsche	E 8	E' 2,5
Stütz über Kopf gegrätscht mit Achselgrätsche wieder in den Stütz	H 11	

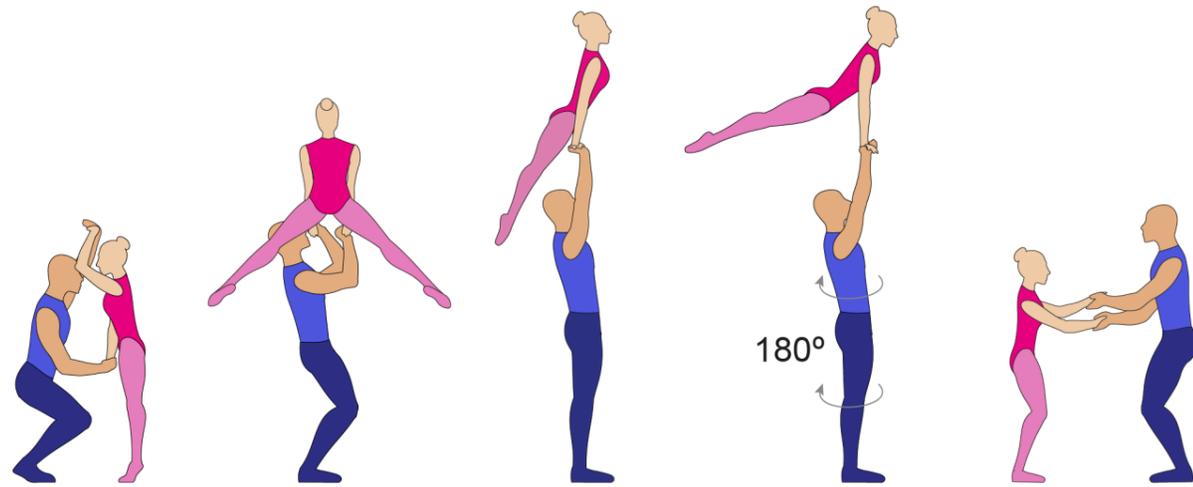
Stütz über Kopf gegrätscht



Stützpromenade

Stützpromenade

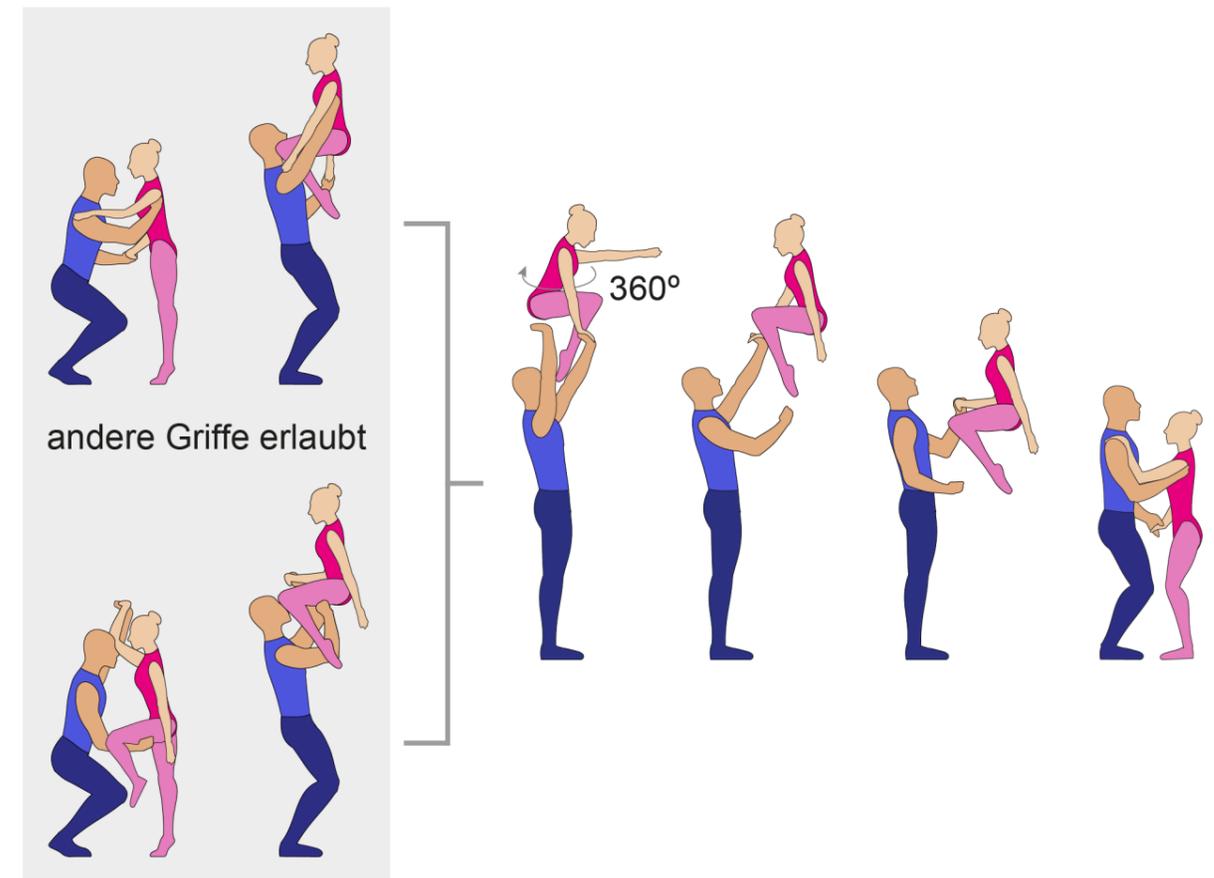
1. Akro	2.+3.
F 9	F' 3



Lasso

Lasso

1. Akro	2.+3.
I 12	



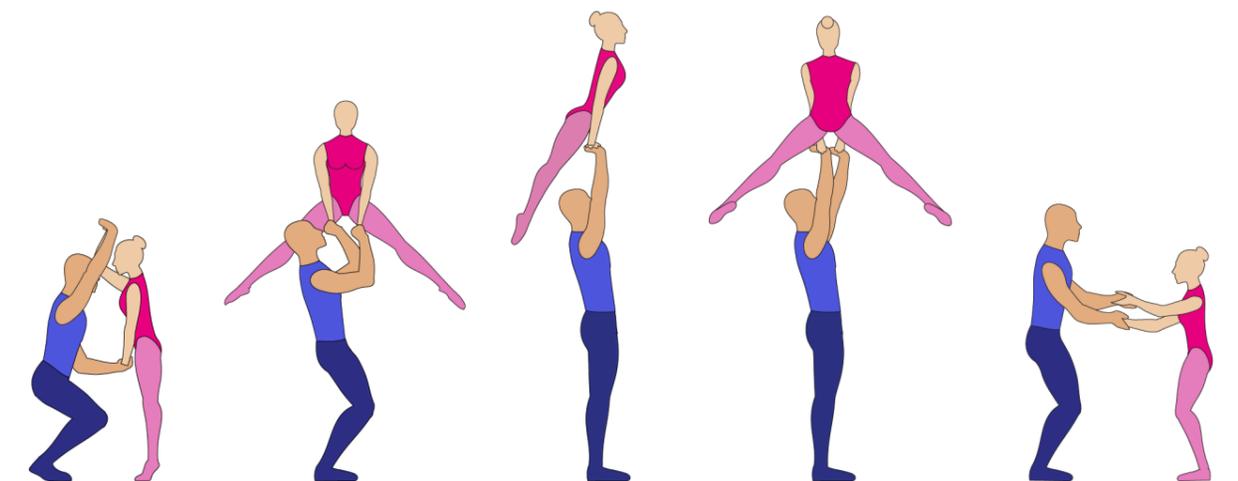
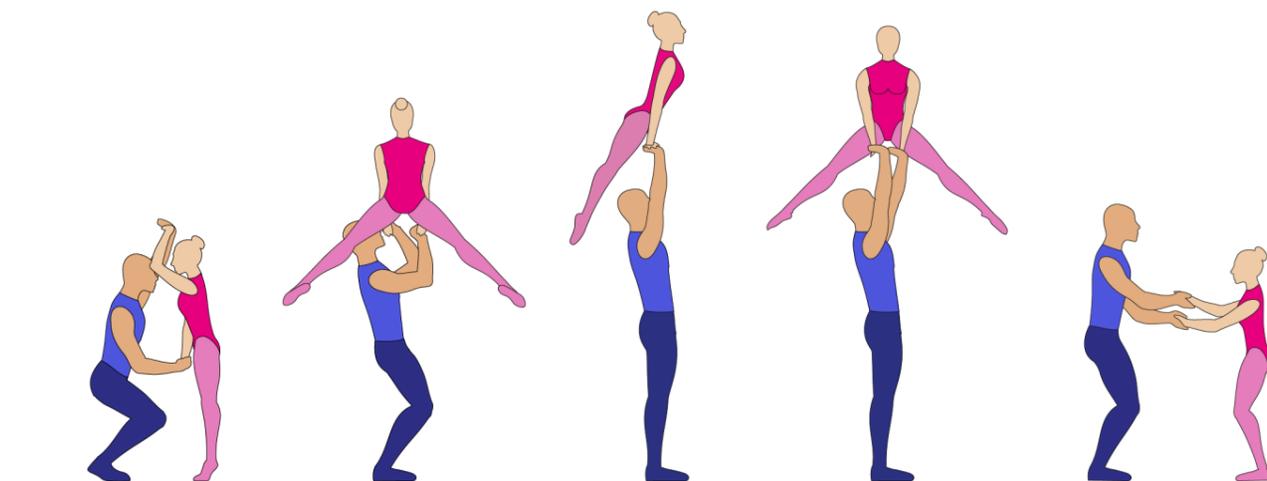
Eis mit 1/1 Damendrehung

Eis mit 1/1 Damendrehung

Eis mit 1/1 Damendrehung in beide Richtungen

1. Akro	2.+3.
H 11	H' 4
J 13	

Eis mit 1/1 Damendrehung

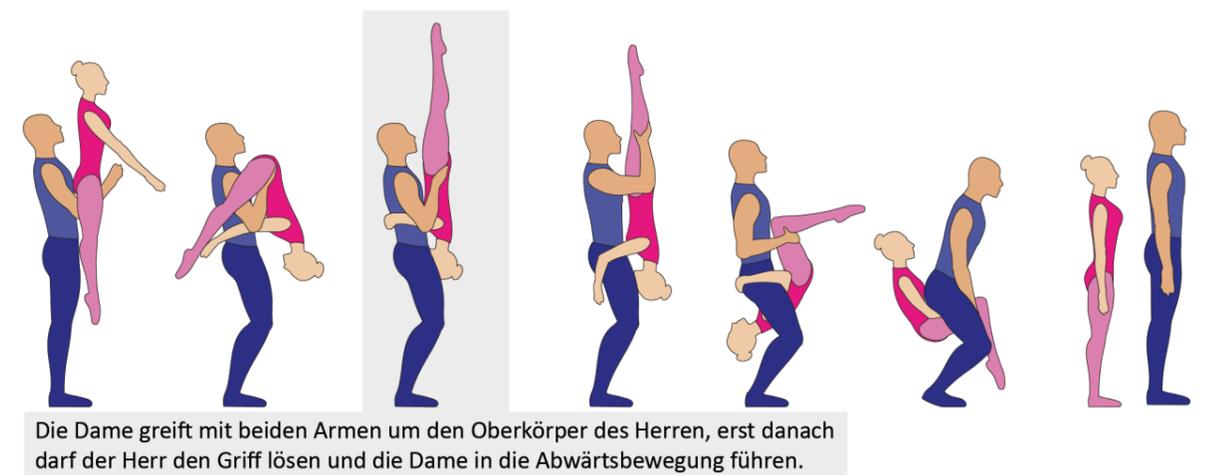


Tabellenübersicht Gruppe 3		1. Akro		2.+3.	
Hecht		D	7	D'	2
Kleiner Taucher		E	8	E'	2,5
Todessprung		D	7	D'	2
Karnickel		G	10	G'	3,5

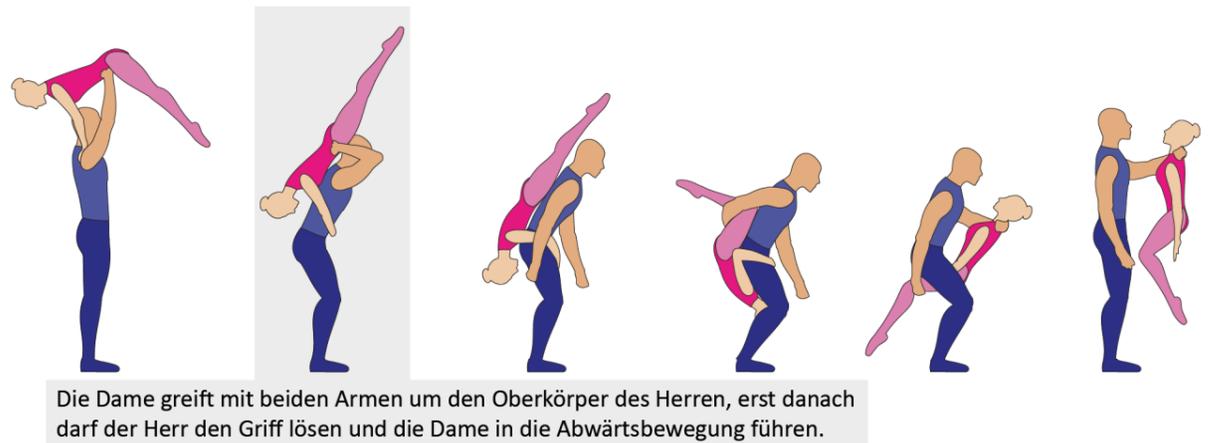
Hecht		1. Akro		2.+3.	
Hecht		D	7	D'	2



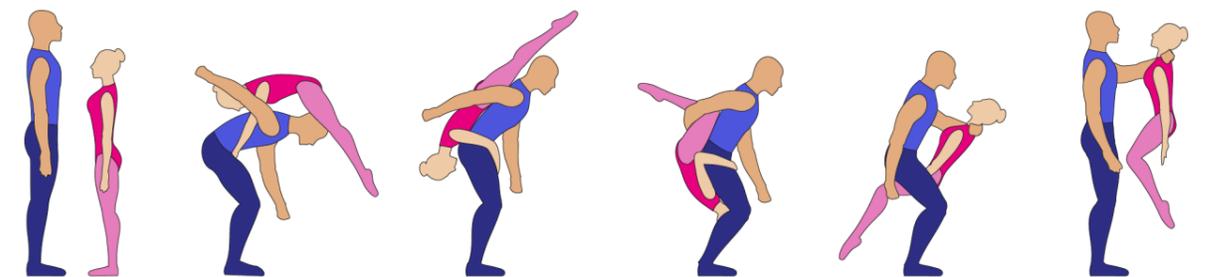
Kleiner Taucher		1. Akro		2.+3.	
Kleiner Taucher		E	8	E'	2,5



Todessprung		1. Akro		2.+3.	
Todessprung		D	7	D'	2

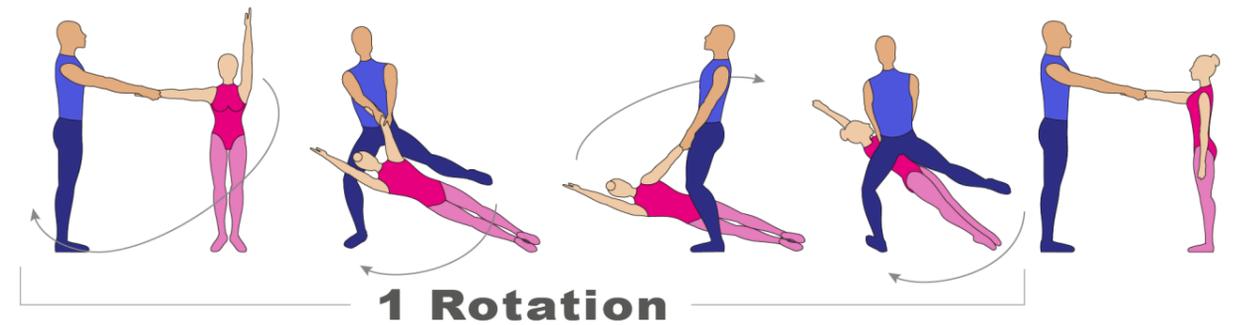


Karnickel		1. Akro		2.+3.	
Karnickel		G	10	G'	3,5

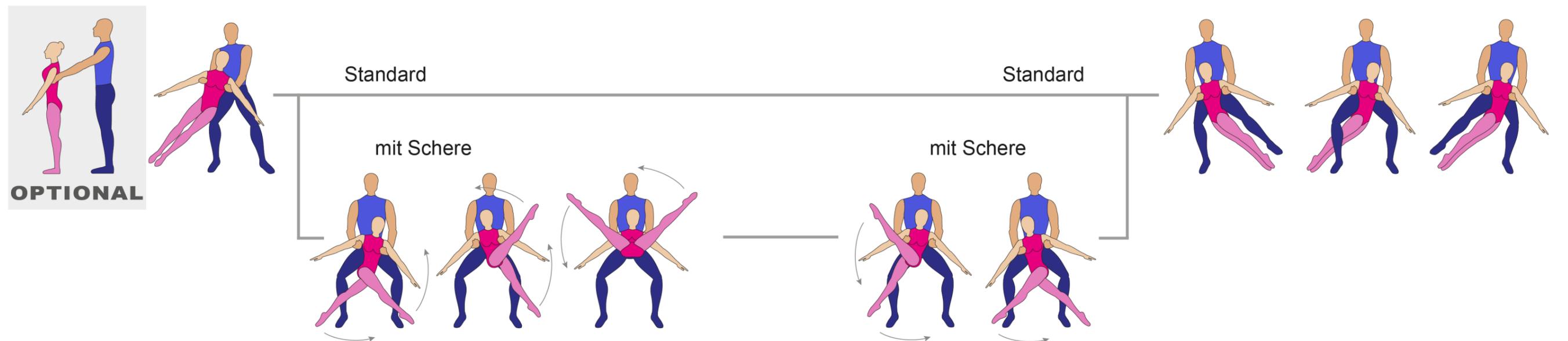


Tabellenübersicht Gruppe 4		1. Akro		2.+3.	
Teller 3 Rotationen	C	6	C'	1,5	
Teller 4 Rotationen	D	7	D'	2	
Teller 4 Rotationen mind 2x Scheren	F	9	F'	3	
Kegel 3 Rotationen	C	6	C'	1,5	
Kegel 4 Rotationen	D	7	D'	2	
Kegel 4 Rotationen 1x Spagat ODER 4 Rotationen mit 1x Richtungswechsel	F	9	F'	3	
Wickler 3 Rotationen	I	12			
Wickler 4 Rotationen	J	13			
C-Kugel 3 Rotationen	I	12			
C-Kugel 4 Rotationen	J	13			

Kegel		1. Akro		2.+3.	
Kegel 3 Rotationen	C	6	C'	1,5	
Kegel 4 Rotationen	D	7	D'	2	
Kegel 4 Rotationen 1x Spagat ODER 4 Rotationen mit 1x Richtungswechsel	F	9	F'	3	

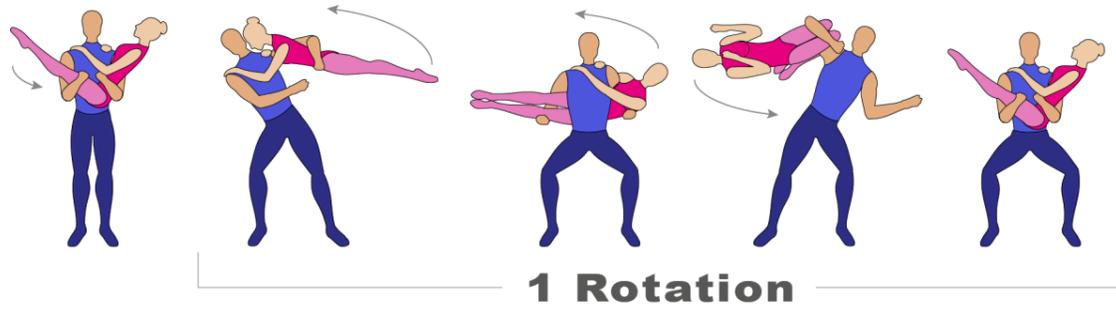


Teller		1. Akro		2.+3.	
Teller 3 Rotationen	C	6	C'	1,5	
Teller 4 Rotationen	D	7	D'	2	
Teller 4 Rotationen mind 2x Scheren	F	9	F'	3	



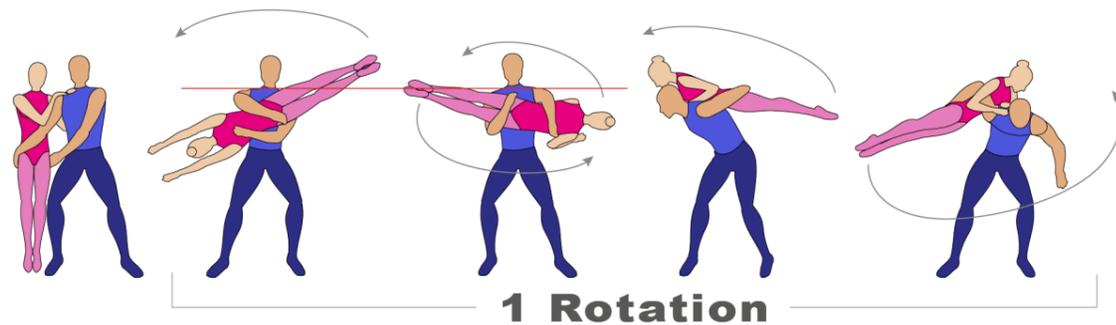
Wickler

	1. Akro	2.+3.
Wickler 3 Rotationen	I 12	
Wickler 4 Rotationen	J 13	



C-Kugel

	1. Akro	2.+3.
C-Kugel 3 Rotationen	I 12	
C-Kugel 4 Rotationen	J 13	

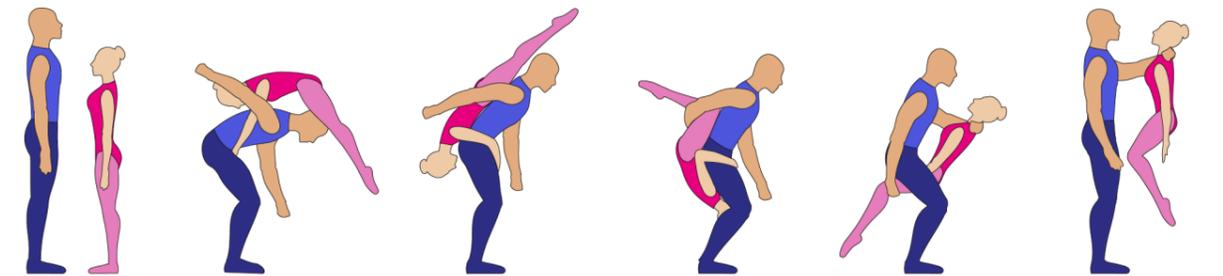


Beispiel für eine 2er Kombination

	Gesamt
Karnickel + Schwan mit Eingang Grätschsitz	12,0

1. Akrobatik

	1. Akro	2.+3.
Karnickel	G 10	



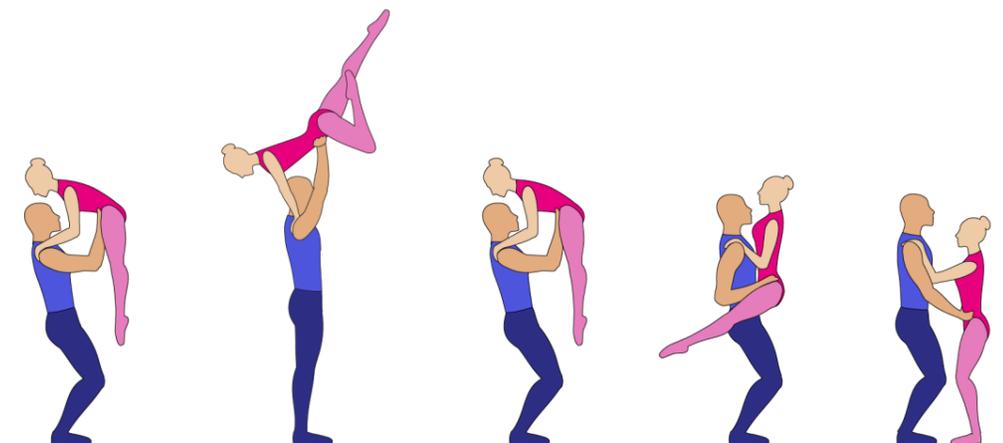
Übergang

	1. Akro	2.+3.
Hüftsitz		



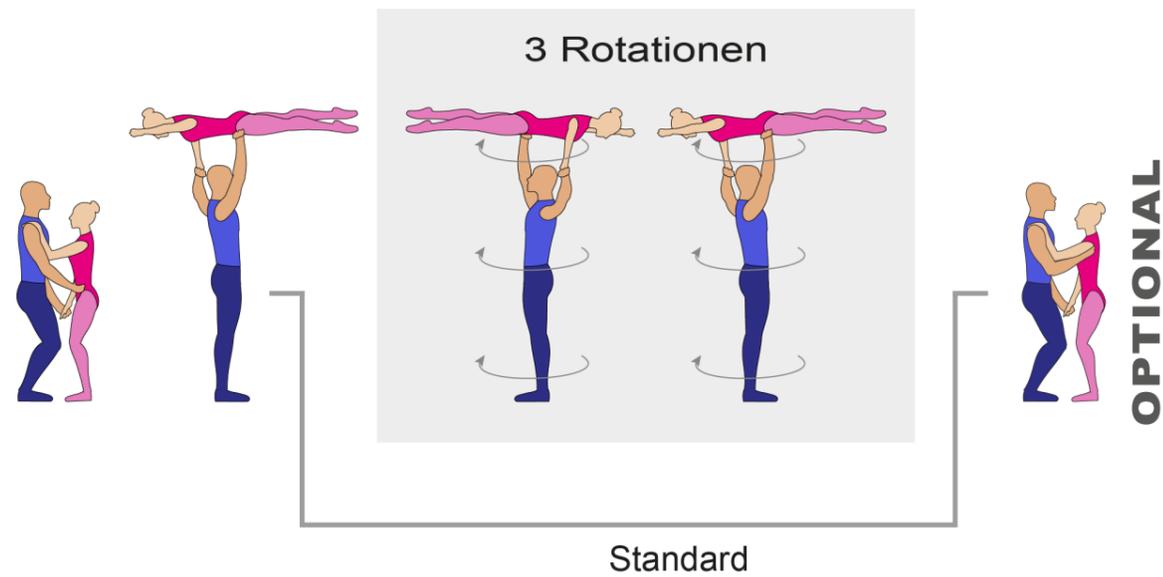
2. Akrobatik

	2.+3. Akro
Schwan mit Eingang Grätschsitz	D' 2



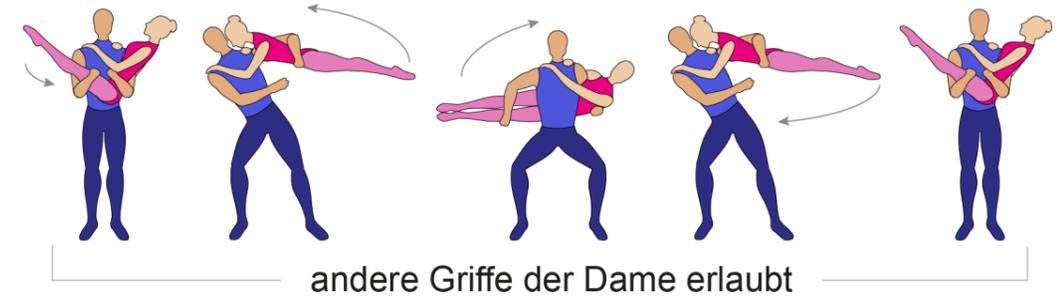
Tabellenübersicht Gruppe 6		1. Akro		2.+3.	
Stern	F	9	F'	3	
Stern mit 3 Rotationen	H	12			
Schleuder	A	4	A'	0,5	
Fluggrätsche	C	6	C'	1,5	
Zugrolle	C	6	C'	1,5	
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschitz + Abkipper	E	8	E'	2,5	
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschitz + Abkipper + Stütz	G	10	G'	3,5	
Reneder	B	5	B'	1	
Villacher mit Shalom	G	10	G'	3,5	
Villacher mit halber Herrendrehung und Shalom	H	11			
C-Schraube 360° Rotation	E	8	E'	2,5	
C-Schraube 720° Rotation	J	13			
Schwalbe	G	10	G'	3,5	
Schwalbe mit Todessturz	I	12			
Unterschwung	A	4	A'	0,5	
Unterschwung mit ½ Twist-Ausgang	B	5	B'	1	
Bat	D	7	D'	2	
Harrier	D	7	D'	2	

Stern		1. Akro		2.+3.	
Stern	F	9	F'	3	
Stern mit 3 Rotationen	H	11			

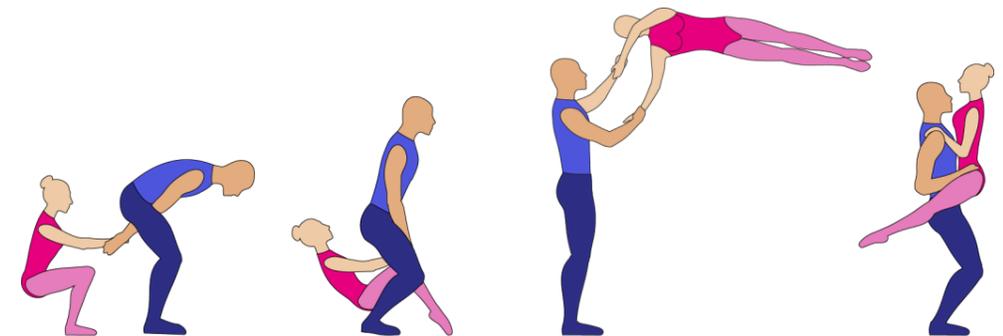


Diese Figur steht beim ersten Frühjahrsturnier 2025 (Wiener Cup, 10.05.) nur dem Einreicher-Paar zur Verfügung. Erst beim zweiten Frühjahrsturnier 2025 (Kärntner Meisterschaft, 17.05.) dürfen alle Paare dieser Klasse diese Figur tanzen. Zuwiderhandlungen werden mit einer Roten Karte geahndet.

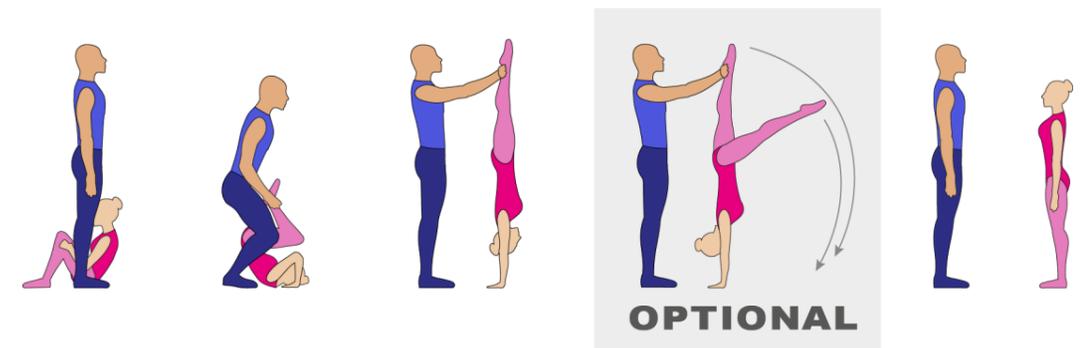
Schleuder		1. Akro		2.+3.	
Schleuder	A	4	A'	0,5	



Fluggrätsche		1. Akro		2.+3.	
Fluggrätsche	C	6	C'	1,5	



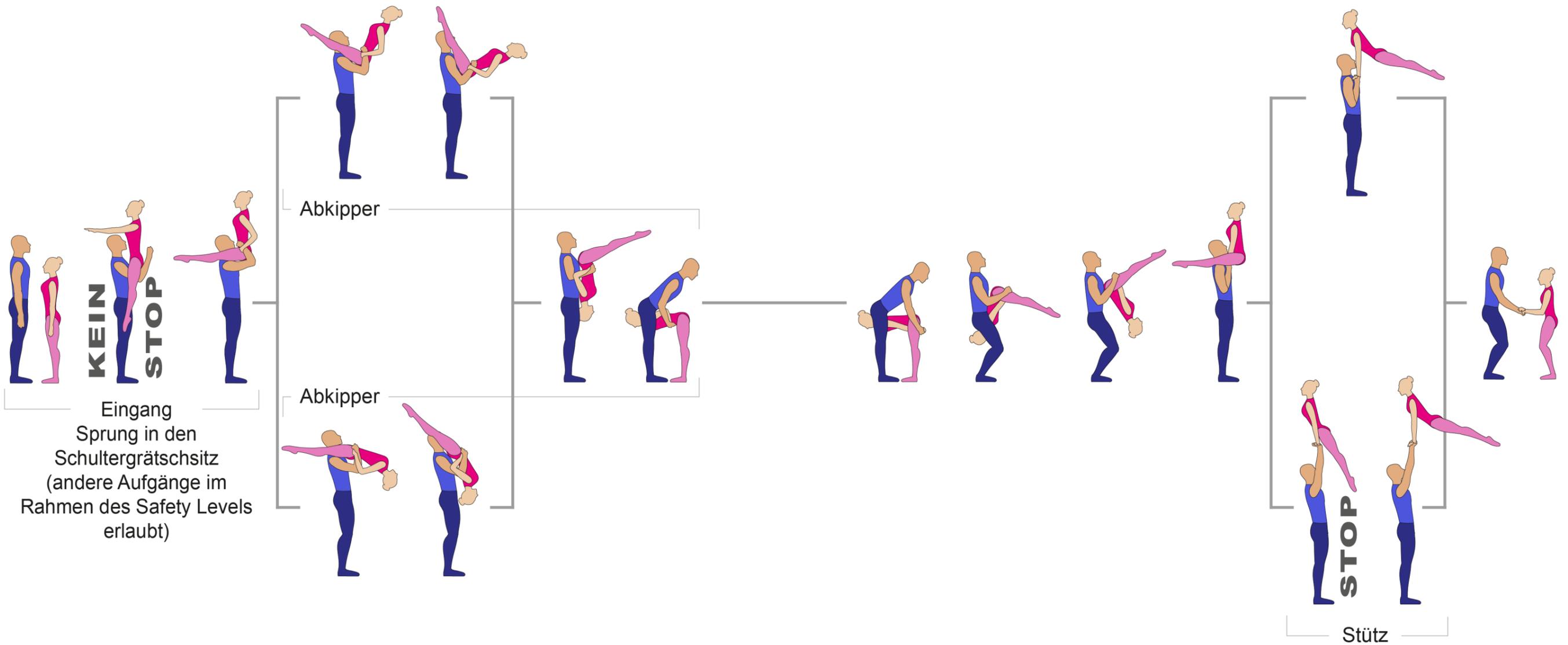
Zugrolle		1. Akro		2.+3.	
Zugrolle	C	6	C'	1,5	



Käskehre

Käskehre

Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschitz + Abkipper	E	8	E'	2,5
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschitz + Abkipper + Stütz	G	10	G'	3,5



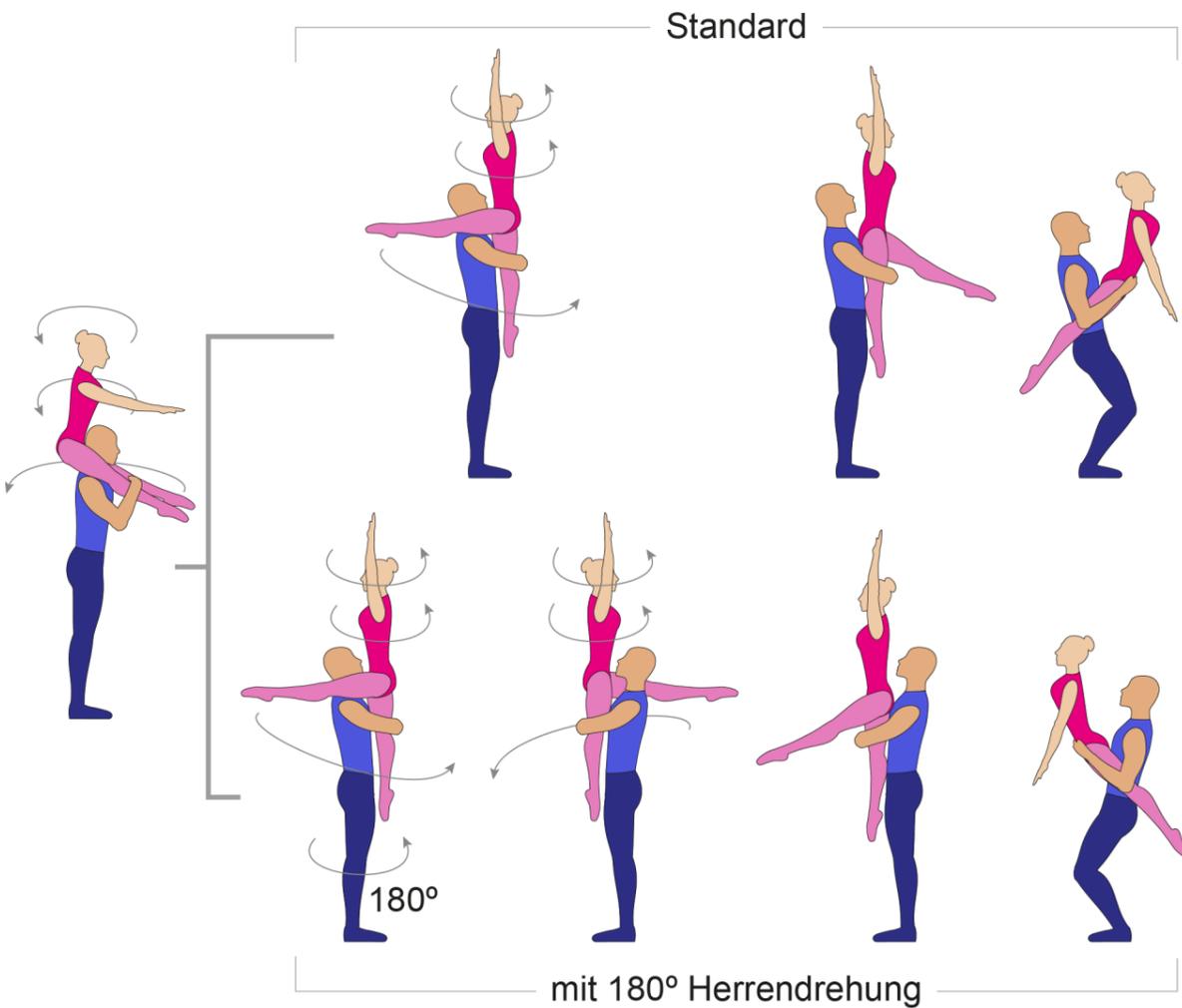
Reneder

Reneder	1. Akro	2.+3.
B	5	B' 1



Villacher mit Shalom

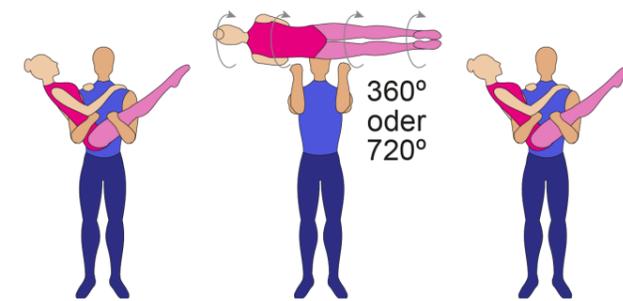
Villacher mit Shalom	1. Akro	2.+3.
G	10	G' 3,5
Villacher mit halber Herrendrehung und Shalom	H	11



Diese Figur steht beim ersten Frühjahrsturnier 2025 (Wiener Cup, 10.05.) nur dem Einreicher-Paar zur Verfügung. Erst beim zweiten Frühjahrsturnier 2025 (Kärntner Meisterschaft, 17.05.) dürfen alle Paare dieser Klasse diese Figur tanzen. Zuwiderhandlungen werden mit einer Roten Karte geahndet.

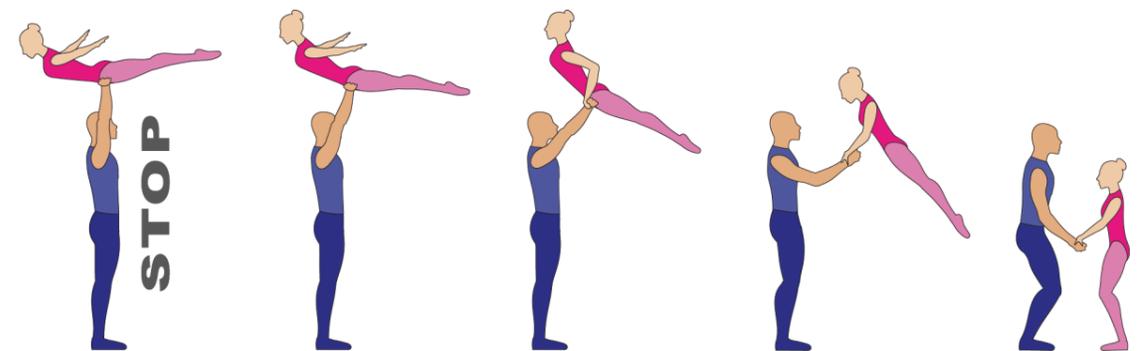
C-Schraube

C-Schraube 360° Rotation	1. Akro	2.+3.
E	8	E' 2,5
C-Schraube 720° Rotation	J	13



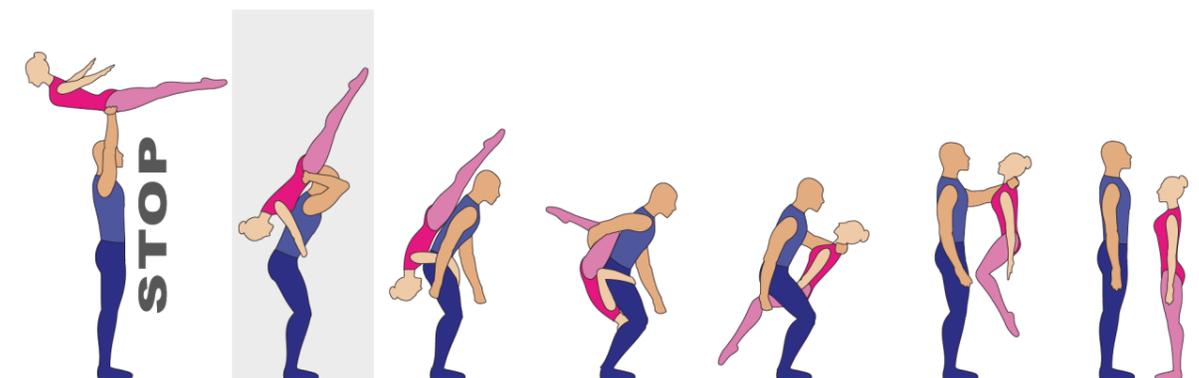
Schwalbe

Schwalbe	1. Akro	2.+3.
G	10	G' 3,5



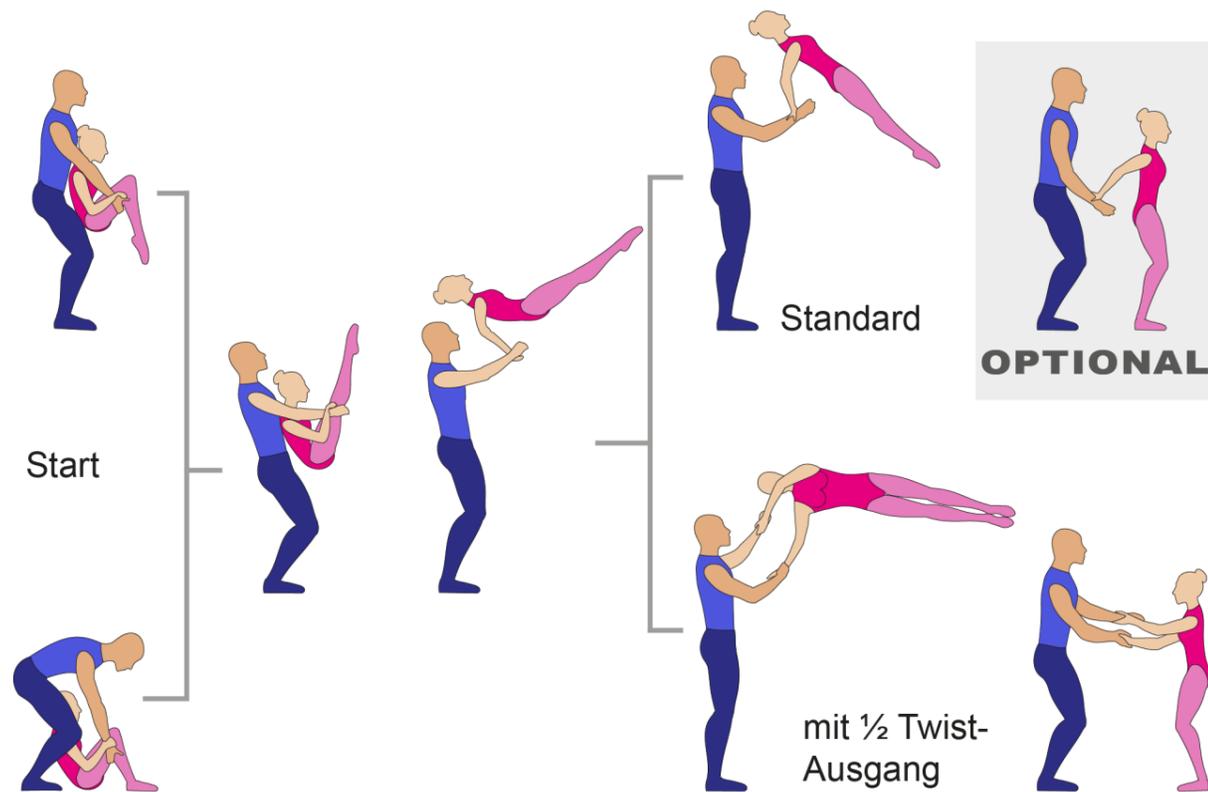
Schwalbe mit Todessturz

Schwalbe mit Todessturz	1. Akro	2.+3.
I	12	



Die Dame greift mit beiden Armen um den Oberkörper des Herren, erst danach darf der Herr den Griff lösen und die Dame in die Abwärtsbewegung führen.

Unterschwing	1. Akro		2.+3.	
Unterschwing	A	4	A'	0,5
Unterschwing mit ½ Twist-Ausgang	B	5	B'	1

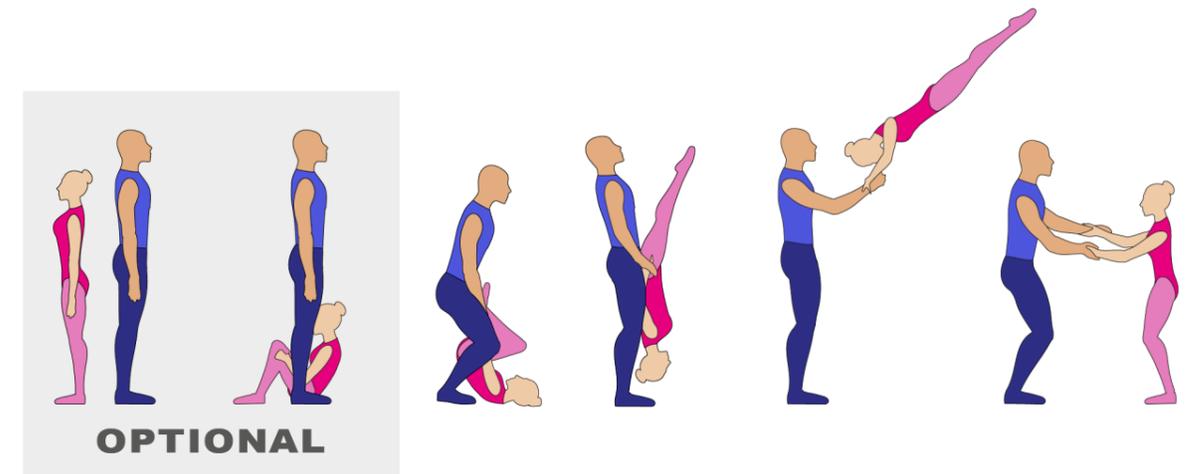


Bat	1. Akro		2.+3.	
Bat	D	7	D'	2



Diese Figur steht beim ersten Frühjahrsturnier 2025 (Wiener Cup, 10.05.) nur dem Einreicher-Paar zur Verfügung. Erst beim zweiten Frühjahrsturnier 2025 (Kärntner Meisterschaft, 17.05.) dürfen alle Paare dieser Klasse diese Figur tanzen. Zuwiderhandlungen werden mit einer Roten Karte geahndet.

Harrier	1. Akro		2.+3.	
Harrier	D	7	D'	2



Nur Figuren und -kombinationen die im Online-Calculator hinterlegt und in diesem Katalog beschrieben sind, dürfen in der Couple Dance Show National gezeigt werden.

Möchte ein Paar der Klasse Couple Dance Show National eine Akrobatikfigur tanzen, die nicht im Online-Calculator hinterlegt ist, kann es diese Figur an das ÖRBV Turnierreferat einsenden. Der ÖRBV beschließt die Aufnahme/Ablehnung dieser Figur innerhalb von 4 Wochen nach Einreichung. Wird die Figur akzeptiert, wird ein theoretischer Höchstwert festgesetzt und diese Figur in den Online-Calculator eingepflegt. Beim ersten Turnier nach Einreichung, steht diese Figur nur dem einreichenden Paar zur Verfügung, danach allen Paaren dieser Klasse.

Tabellenübersicht nach Punkten	1. Akro		2.+3.	
C-Kugel 4 Rotationen	J	13		
C-Schraube 720° Rotation	J	13		
Eis mit 1/1 Damendrehung in beide Richtungen	J	13		
Wickler 4 Rotationen	J	13		
C-Kugel 3 Rotationen	I	12		
Lasso	I	12		
Schwalbe mit Todessturz	I	12		
Wickler 3 Rotationen	I	12		
Stern mit 3 Rotationen	H	11		
Eis mit 1/1 Damendrehung	H	11		
Stütz über Kopf gegrätscht mit Achselgrätsche wieder in den Stütz	H	11		
Villacher mit halber Herrendrehung und Shalom	H	11		
Italiener mit ½ Twist-Ausgang und Schulterwaage mit Eingang Rückengrätschsitz	G	10	G'	3,5
Karnickel	G	10	G'	3,5
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschsitz + Abkipper + Stütz	G	10	G'	3,5
Kerze mit Eingang ab Boden	G	10	G'	3,5
Sagi gestreckt	G	10	G'	3,5
Schwalbe	G	10	G'	3,5
Villacher mit Shalom	G	10	G'	3,5
Winterthur mit 180° Damendrehung	G	10	G'	3,5
Doppelshalom mit ½ Twist bei Ein- ODER Ausgang mit 360° Herrendrehung	F	9	F'	3
Kegel 4 Rotationen 1x Spagat Oder 4 Rotationen mit 1x Richtungswechsel	F	9	F'	3
Kerze mit Eingang Grätschsitz	F	9	F'	3
Lübbi	F	9	F'	3
Stern	F	9	F'	3
Stützpromenade	F	9	F'	3
Teller 4 Rotationen mind 2x Scheren	F	9	F'	3
Winterthur mit 90° Damendrehung	F	9	F'	3
C-Schraube 360° Rotation	E	8	E'	2,5
Doppelshalom mit 360° Herrendrehung	E	8	E'	2,5
Hüftstütz mit Eingang Shalom mit ½ Twist bei Ein- ODER Ausgang	E	8	E'	2,5
Italiener mit ½ Twist-Ausgang und Schulterwaage	E	8	E'	2,5
Italiener mit Schulterwaage mit Eingang Rückengrätschsitz	E	8	E'	2,5
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschsitz + Abkipper	E	8	E'	2,5
kleiner Taucher	E	8	E'	2,5
Sagi gebückt	E	8	E'	2,5
Schwan oder Twix mit Eingang ab Boden	E	8	E'	2,5
Stütz über Kopf gegrätscht mit Achselgrätsche	E	8	E'	2,5
Bat	D	7	D'	2
Doppelshalom mit ½ Twist bei Ein- ODER Ausgang	D	7	D'	2

Tabellenübersicht nach Punkten	1. Akro		2.+3.	
Grätschheber über Kopf	D	7	D'	2
Harrier	D	7	D'	2
Hecht	D	7	D'	2
Hüftstütz mit Eingang Shalom	D	7	D'	2
Italiener mit Schulterwaage	D	7	D'	2
Kegel 4 Rotationen	D	7	D'	2
Schwan oder Twix mit Eingang Grätschsitz	D	7	D'	2
Shalom mit ½ Twist bei Ein- ODER Ausgang mit 360° Herrendrehung	D	7	D'	2
Stütz über Kopf gegrätscht	D	7	D'	2
Teiller 4 Rotationen	D	7	D'	2
Todessprung	D	7	D'	2
Doppel-Hüftsitz	C	6	C'	1,5
Doppelshalom	C	6	C'	1,5
Fluggrätsche	C	6	C'	1,5
Kegel 3 Rotationen	C	6	C'	1,5
Sagi gehockt	C	6	C'	1,5
Shalom mit 360° Herrendrehung	C	6	C'	1,5
Stuttgart	C	6	C'	1,5
Teller 3 Rotationen	C	6	C'	1,5
Zugrolle	C	6	C'	1,5
Reneder	B	5	B'	1
Shalom mit ½ Twist bei Ein- ODER Ausgang	B	5	B'	1
Unterschwung mit ½ Twist-Ausgang	B	5	B'	1
Hüftsitz	A	4	A'	0,5
Schleuder	A	4	A'	0,5
Shalom	A	4	A'	0,5
Unterschwung	A	4	A'	0,5

