



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 2026

Couple Dance Show National | 2026 | 1.0

Veröffentlicht 2026-09

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 / HEBÉFIGUREN
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
Liegender Stern 30
C-Flagge 31
Zugrolle 31
Käskéhe 32
Reneder 34
Villacher mit Shalom 34
C-Schraube 35
Schwalbe 35
Schwalbe mit Todessturz 35
Unterschwung 36
Bat 36
Harrier 37
Schleuder 37
Fluggrätsche 37

INFORMATIONEN
Informationen 39

ALLE FIGUREN
Tabellenübersicht nach Punkten 40

BEGRIFFSERKLÄRUNG	
STOP	Es muss ein eindeutiger Bewegungsstillstand in der Haltepose erkennbar sein.
OHNE STOP	Der Bewegungsablauf darf nicht unterbrochen werden.
OPTIMALE AUSFÜHRUNG	Maximale Punkteanzahl 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

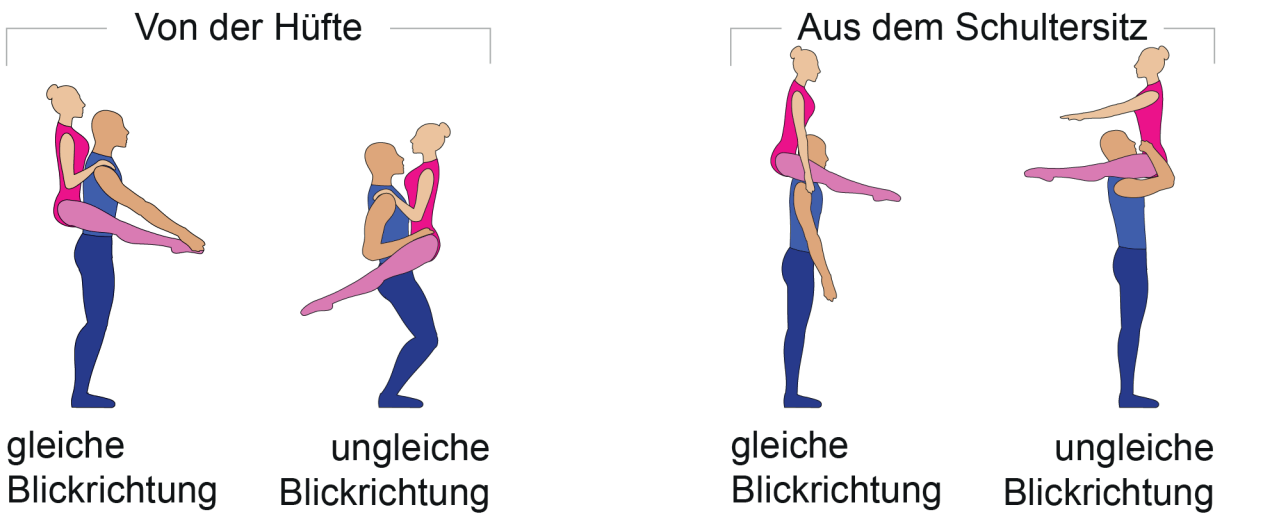
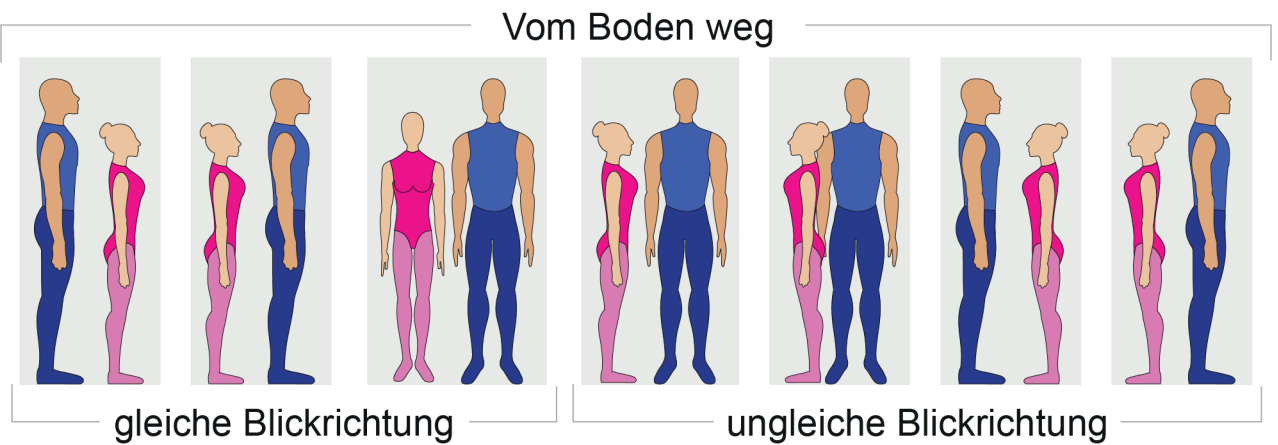
REGELN		EINSCHRÄNKUNGEN	
A	ständiger Bodenkontakt von beiden Partnern	---	keine Einschränkung
B	der Kopf höher als die eigene Hüfte	E 2	die Hüfte darf nicht über die Kopfhöhe des Partners
C	mit festem Griff = mindestens ein Arm umgreift vollständig den Rumpf des Partners	E 6	keine Rotationen ab Schulterhöhe
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.

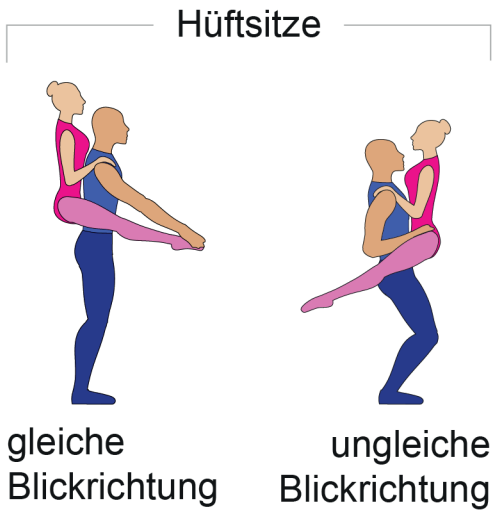
Eingänge

		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



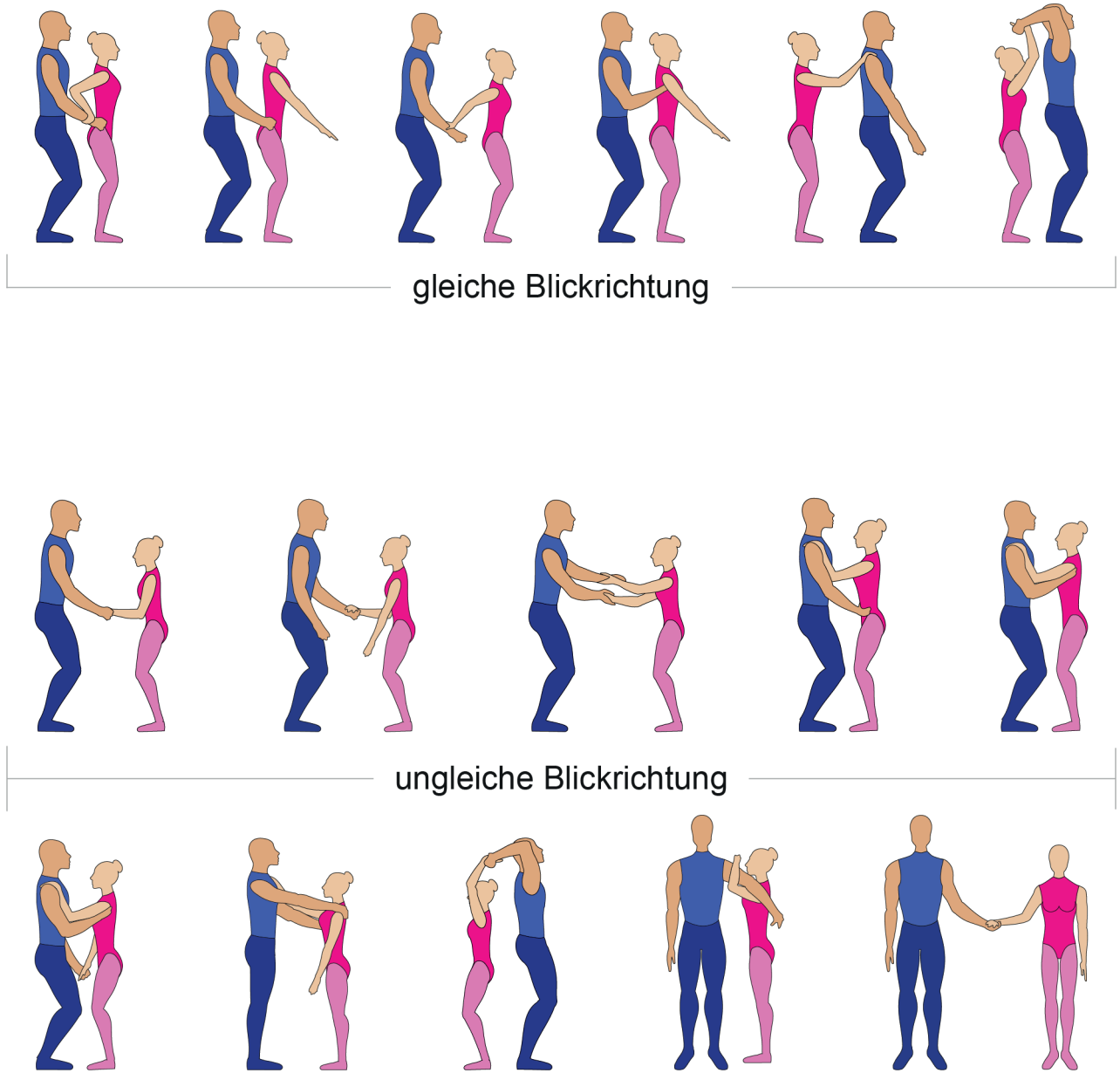
ÜBERGÄNGE

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



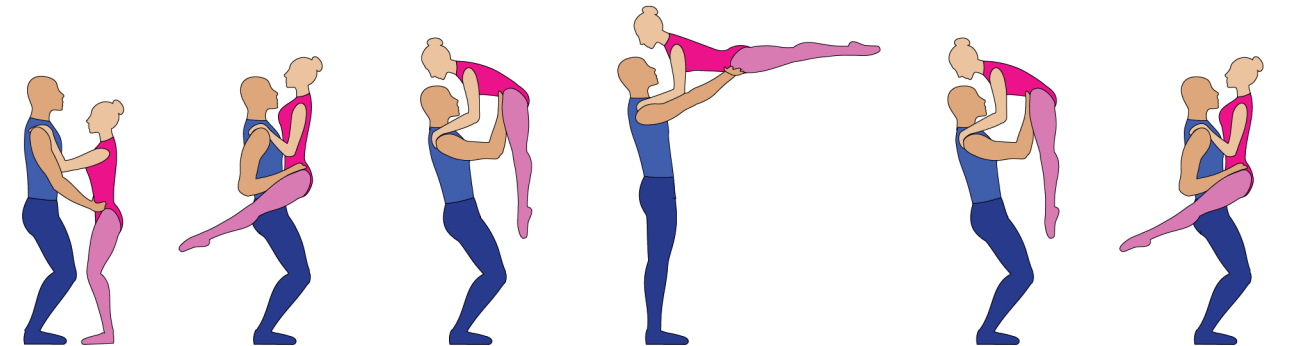
AUSGÄNGE

Ausgänge		Punkte
Landung am Boden		0

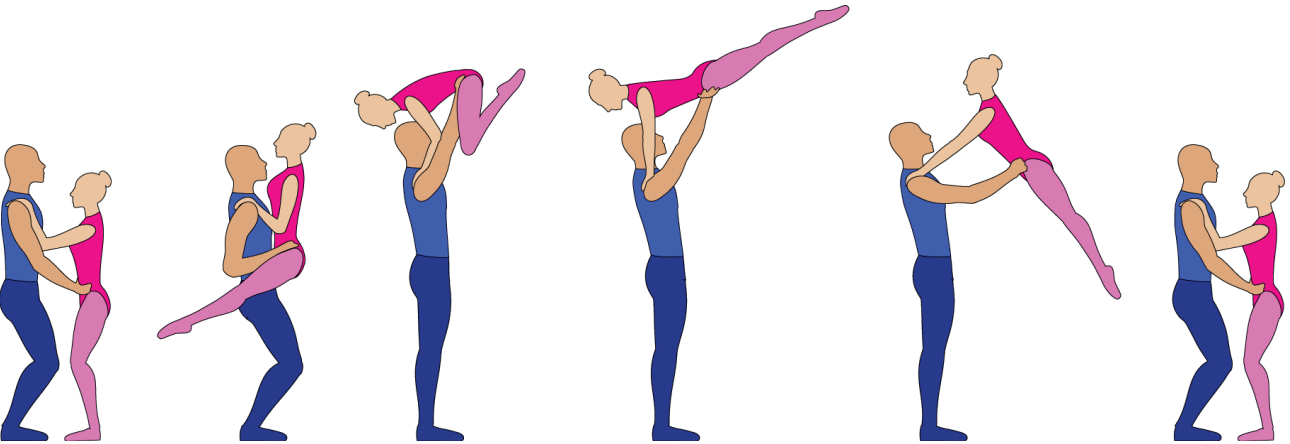


Tabellenübersicht Gruppe 1	1. Akro		2.+3.	
Hüftsitz	A	4	A'	0,5
Doppel-Hüftsitz	C	6	C'	1,5
Schwan ODER Twix mit Eingang Grätschsitz	D	7	D'	2
Schwan ODER Twix mit Eingang ab Boden	E	8	E'	2,5
Kerze mit Eingang Grätschsitz	F	9	F'	3
Kerze mit Eingang ab Boden	G	10	G'	3,5
Shalom	A	4	A'	0,5
Shalom mit ½Twist 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

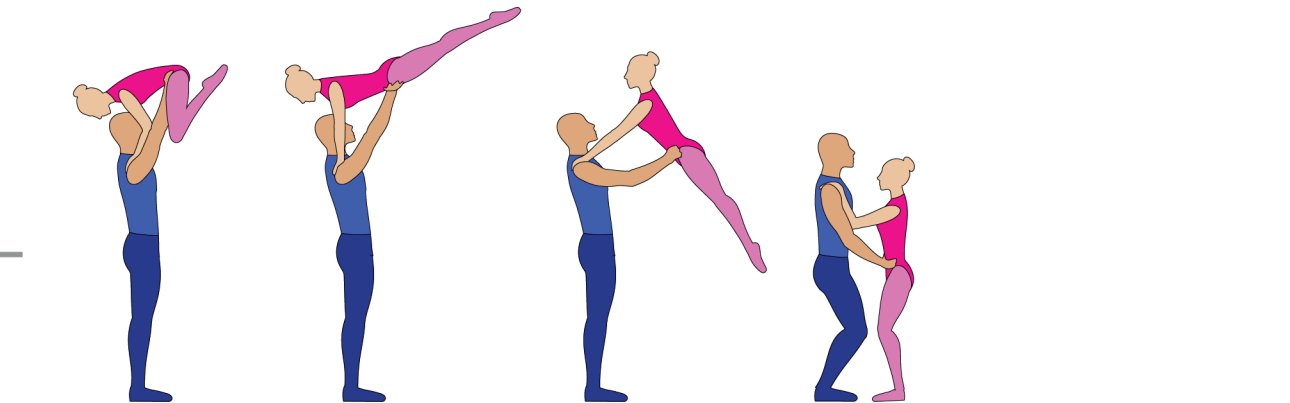
Doppel-Hüftsitz	1. Akro		2.+3.	
Doppel-Hüftsitz	C	6	C'	1,5



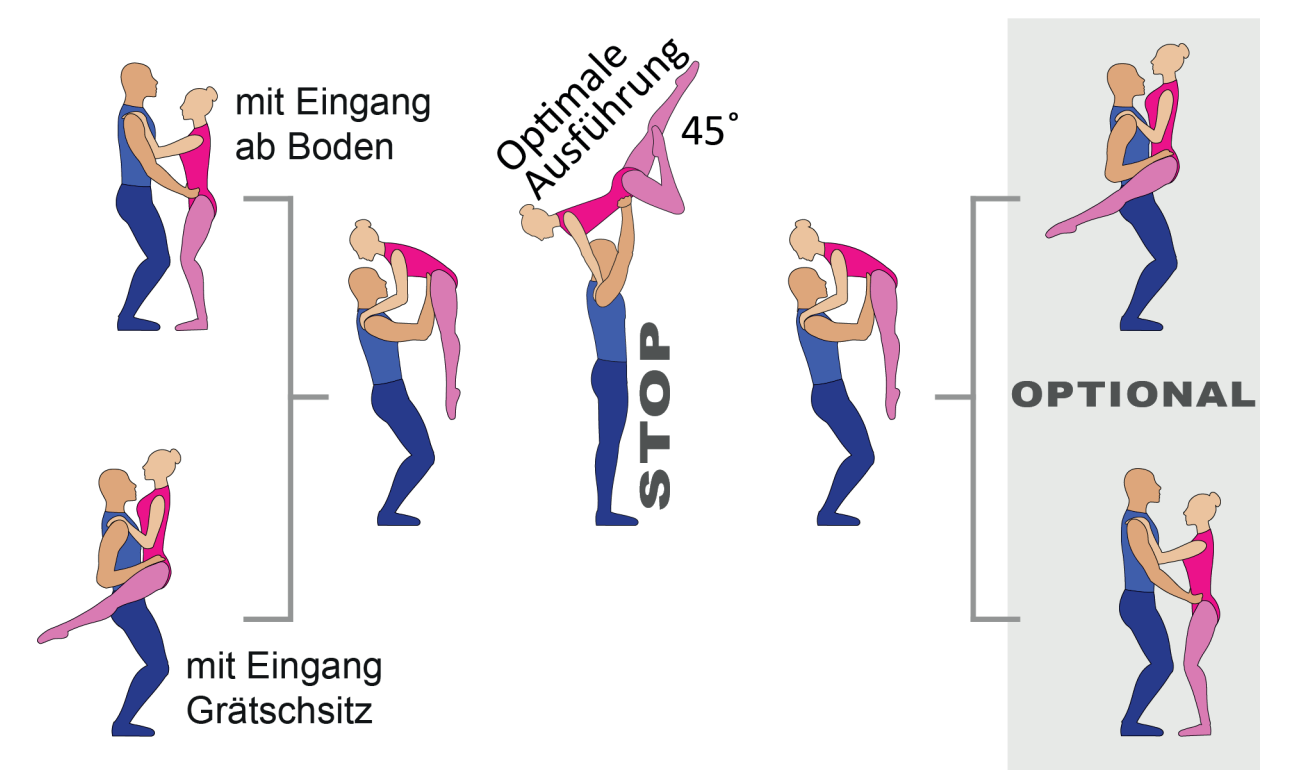
Hüftsitz	1. Akro		2.+3.	
Hüftsitz	A	4	A'	0,5



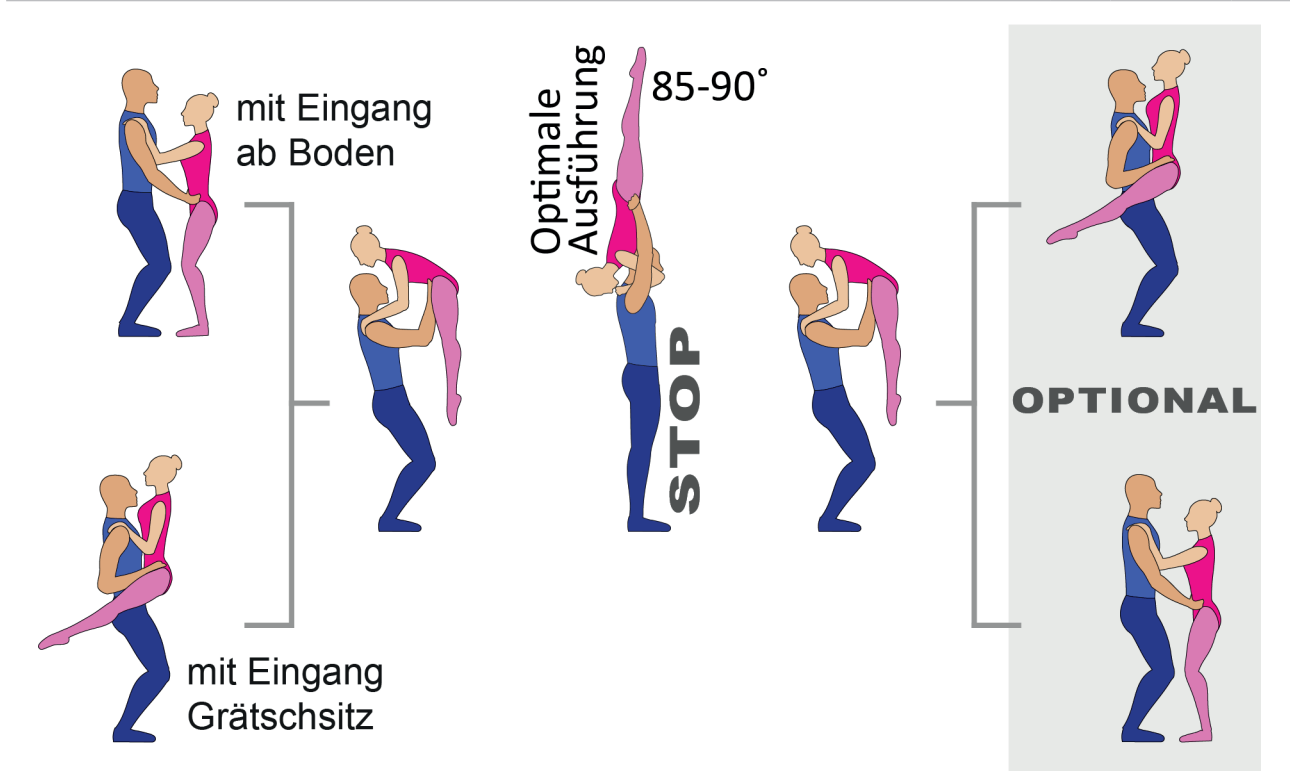
Doppel-Hüftsitz				
-----------------	--	--	--	--



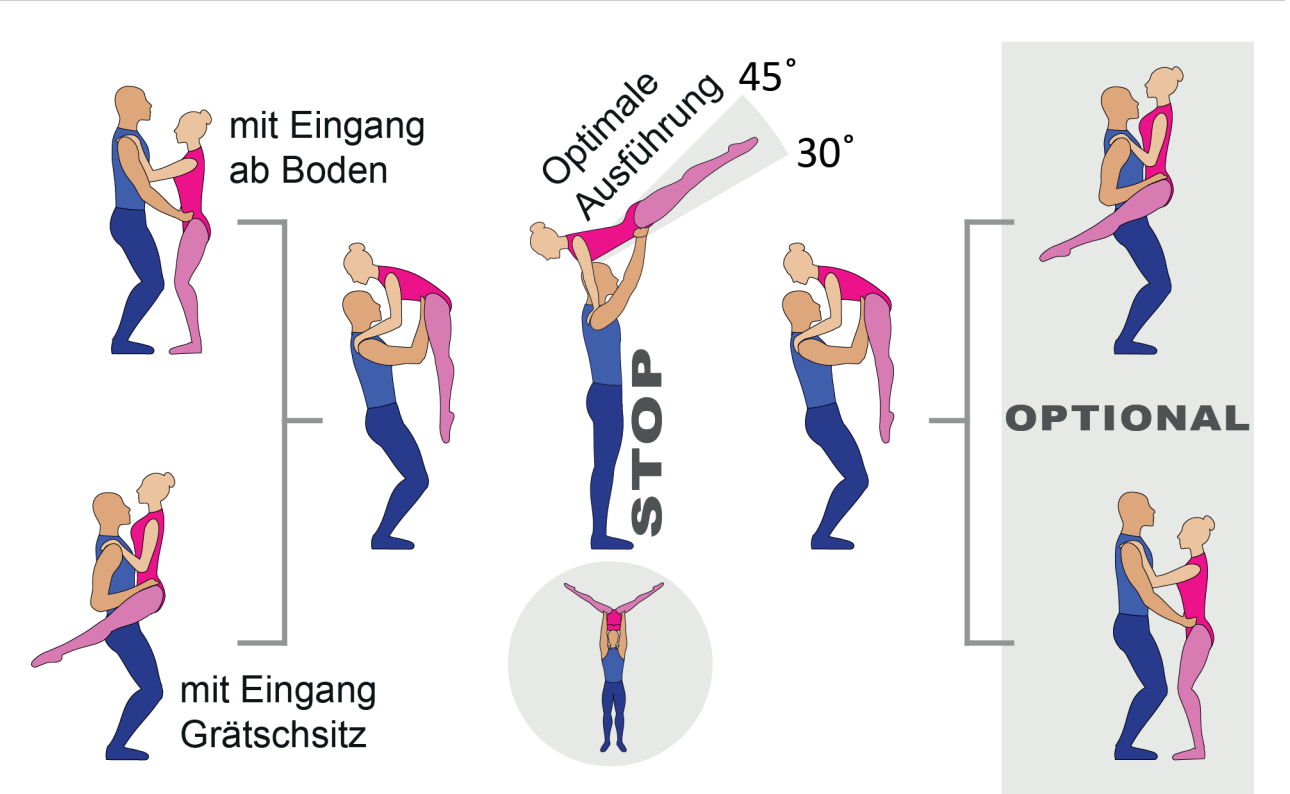
Schwan	1. Akro		2.+3.	
Schwan ODER Twix mit Eingang Grätschsitz	D	7	D'	2
Schwan ODER Twix mit Eingang ab Boden	E	8	E'	2,5



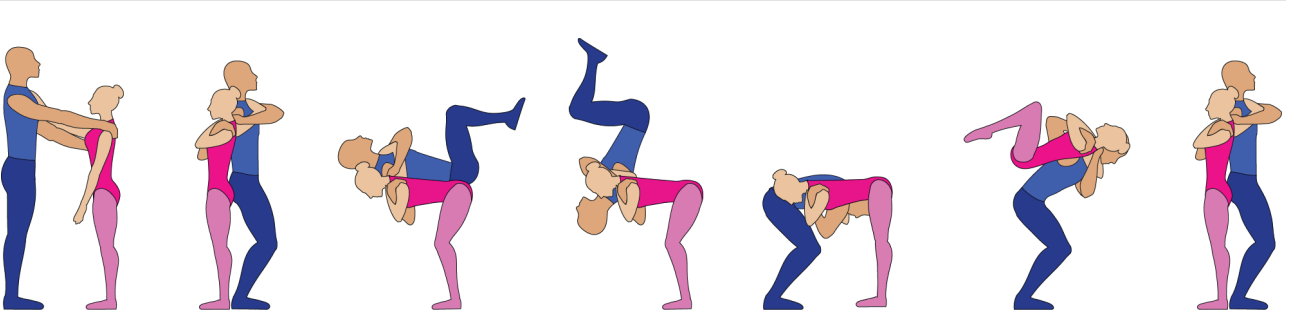
Kerze	1. Akro		2.+3.	
Kerze mit Eingang Grätschsitz	F	9	F'	3
Kerze mit Eingang ab Boden	G	10	G'	3,5



Twix

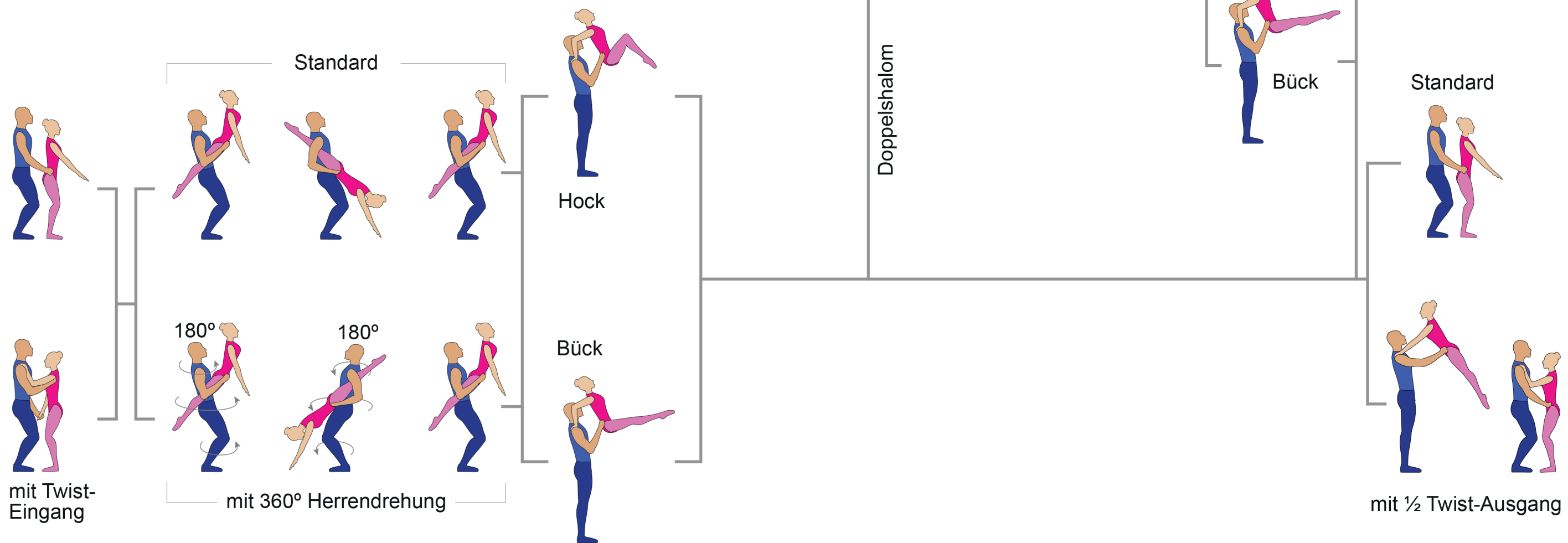


Lübbi	1. Akro		2.+3.	
Lübbi	E	8	E'	2,5



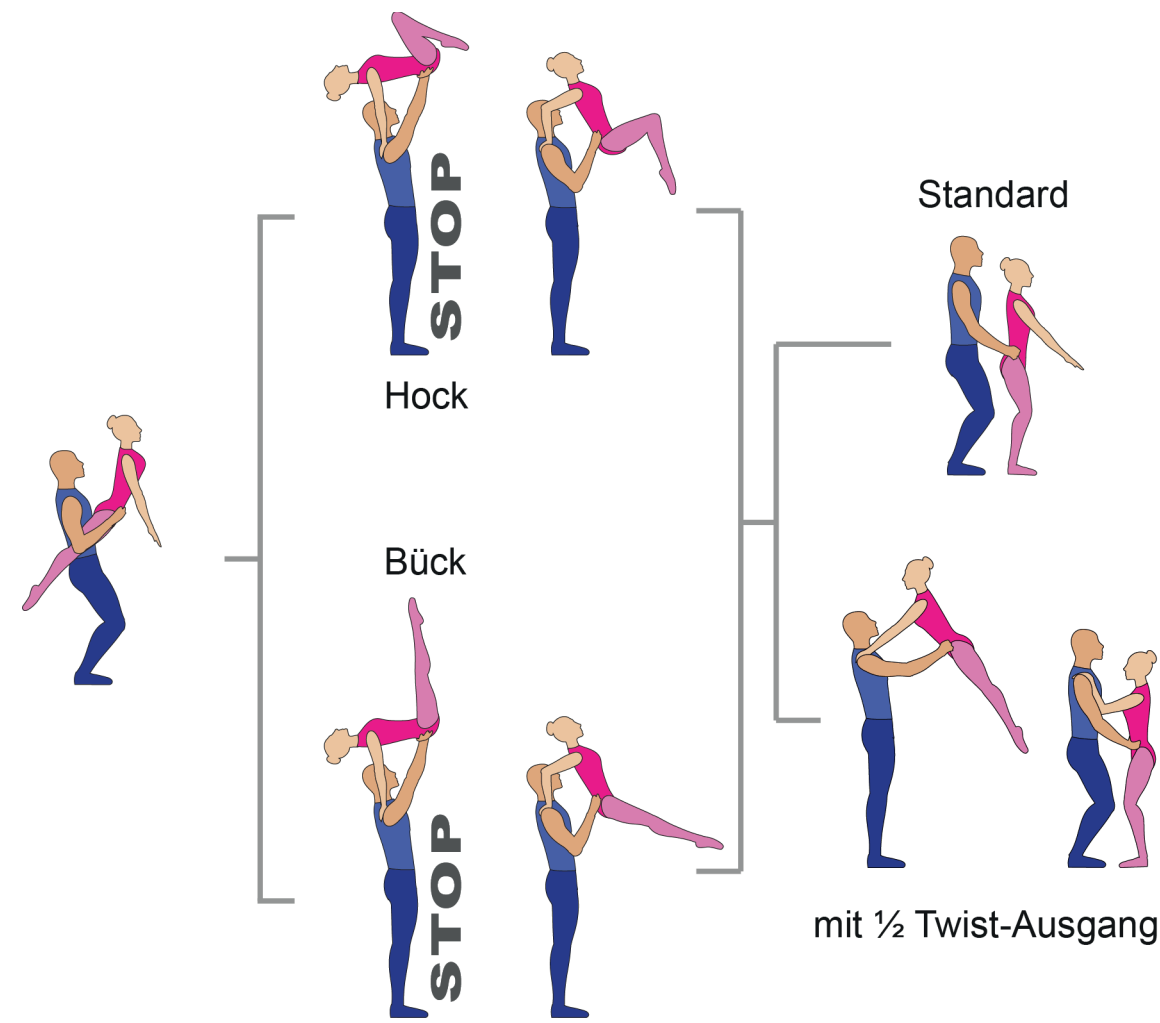
Shalom	1. Akro		2.+3.	
Shalom	A	4	A'	0,5
Shalom mit ½Twist bei Ein- ODER Ausgang	B	5	B'	1
Shalom mit ½ Twist bei Ein- UND Ausgang	C	6	C'	1,5
Shalom mit 360° Herrendrehung	C	6	C'	1,5
Shalom mit ½Twist bei Ein- ODER Ausgang mit 360° Herrendrehung	D	7	D'	2
Doppelshalom	C	6	C'	1,5
Doppelshalom mit ½Twist 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	E	8	E'	2,5

Shalom



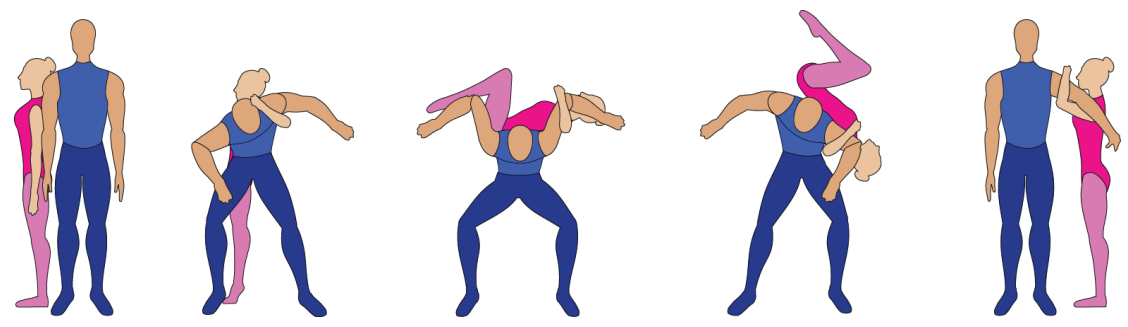
Hüftstütz

	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



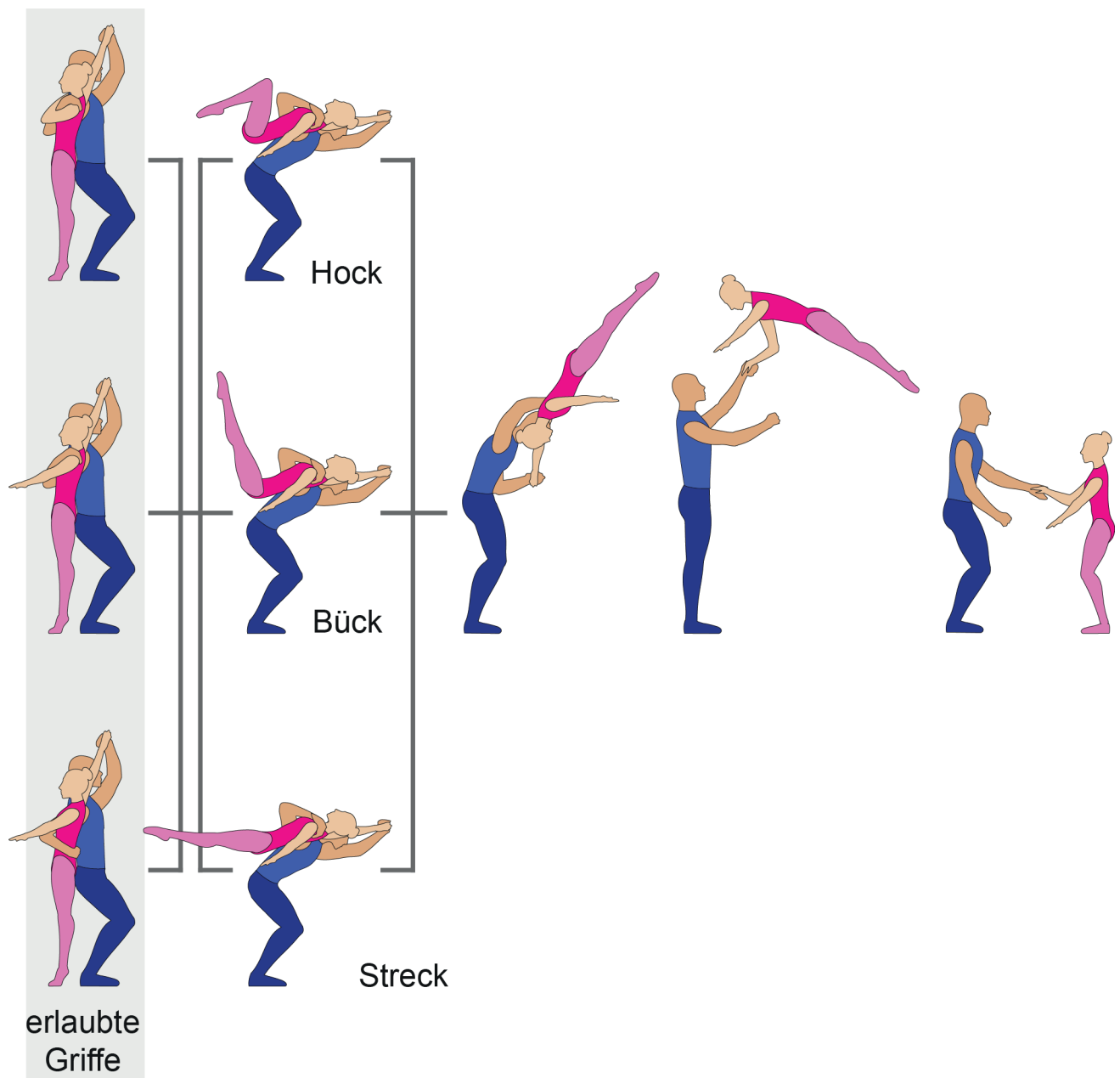
Stuttgart

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



Sagi

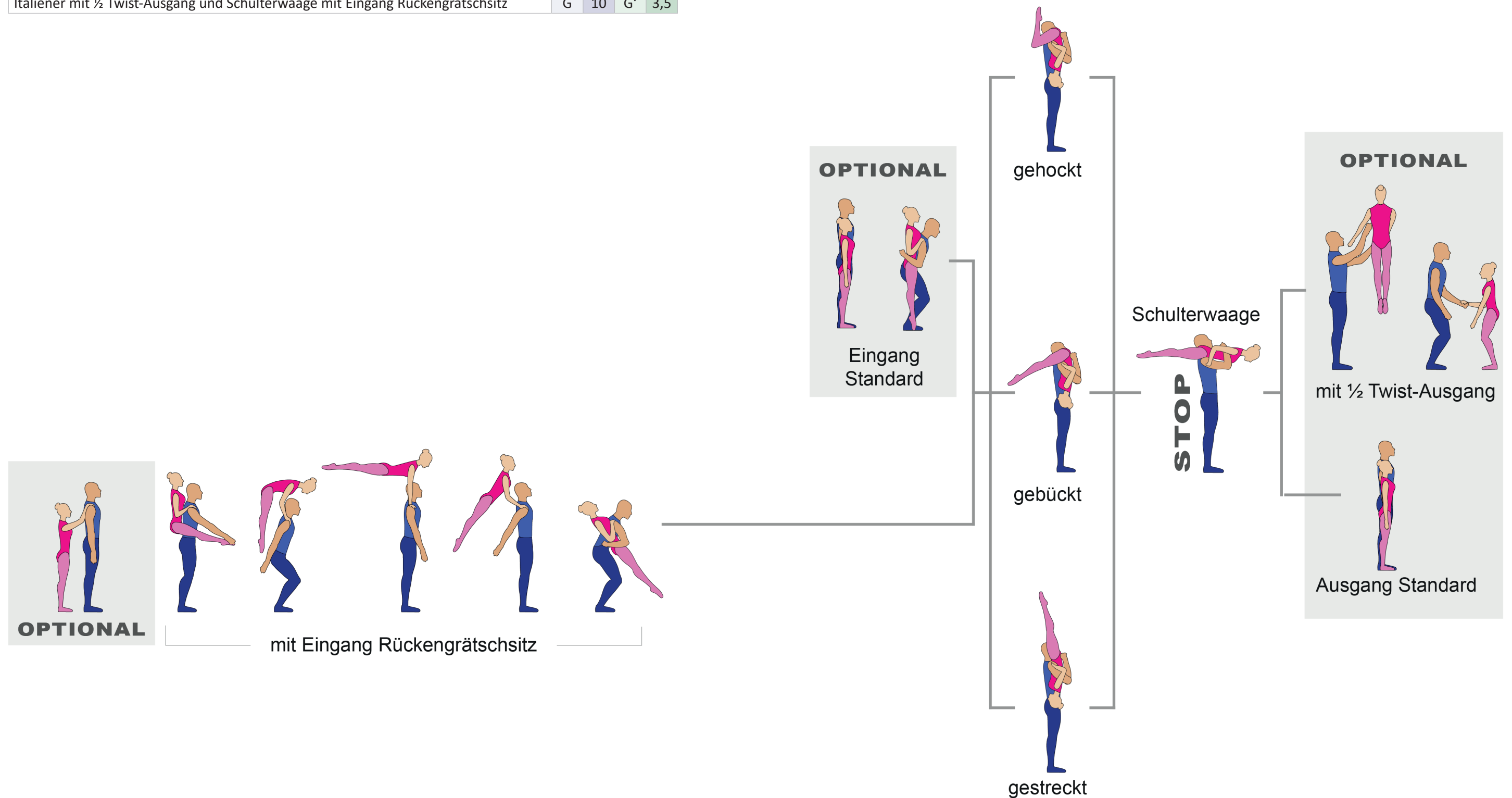
	1. Akro		2.+3.	
Sagi gehockt	C	6	C'	1,5
Sagi gebückt	E	8	E'	2,5
Sagi gestreckt	G	10	G'	3,5



Italiener

Italiener		1. Akro	2.+3.
Italiener mit Schulterwaage	D	7	D' 2
Italiener mit Schulterwaage mit Eingang Rückengrätschsit	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 Rückengrätschsit	G	10	G' 3,5

Italiener

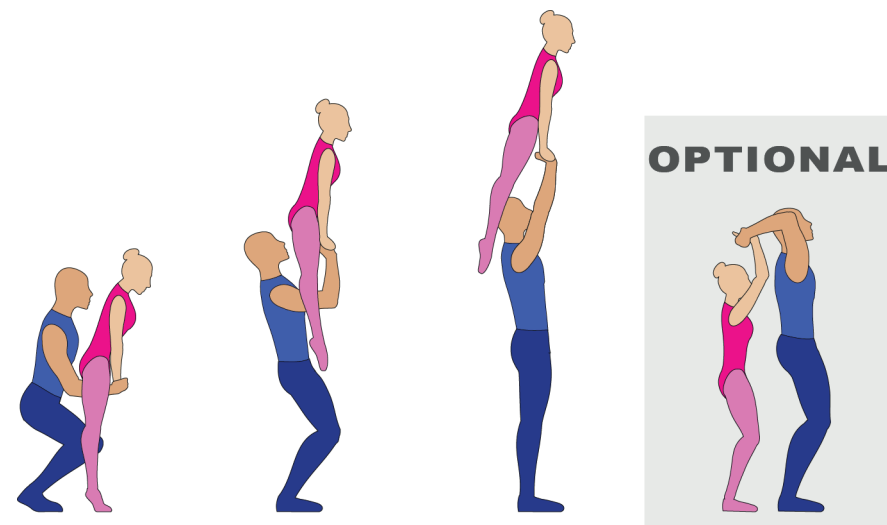


Tabellenübersicht Gruppe 2

Tabellenübersicht Gruppe 2		1. Akro		2.+3.	
Grätschheber 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			

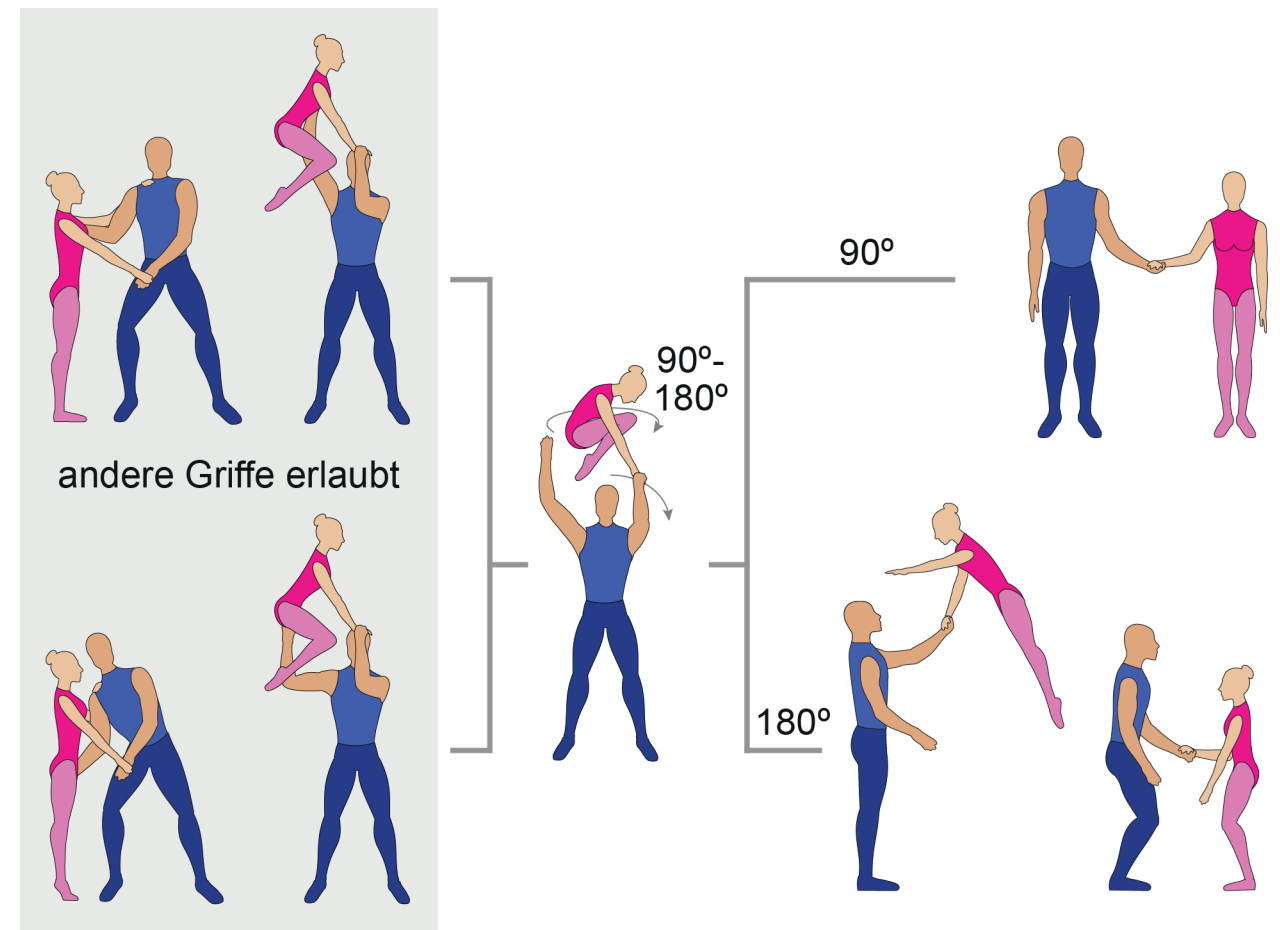
Grätschheber über Kopf

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



Winterthur

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

Stütz über Kopf gegrätscht

Stütz über Kopf gegrätscht mit Achselgrätsche

Stütz über Kopf gegrätscht mit Achselgrätsche wieder in den Stütz

1. Akro

2.+3.

D

7

D'

2

E

8

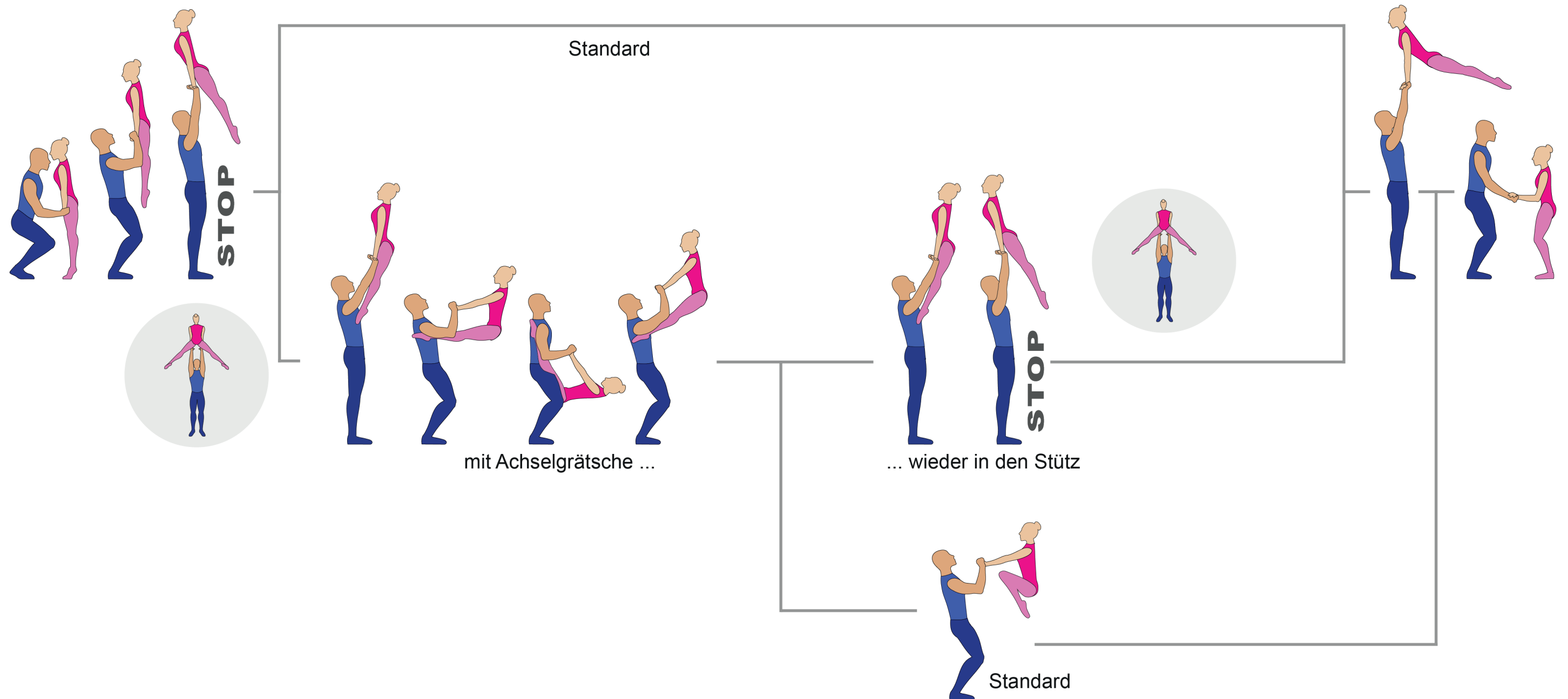
E'

2,5

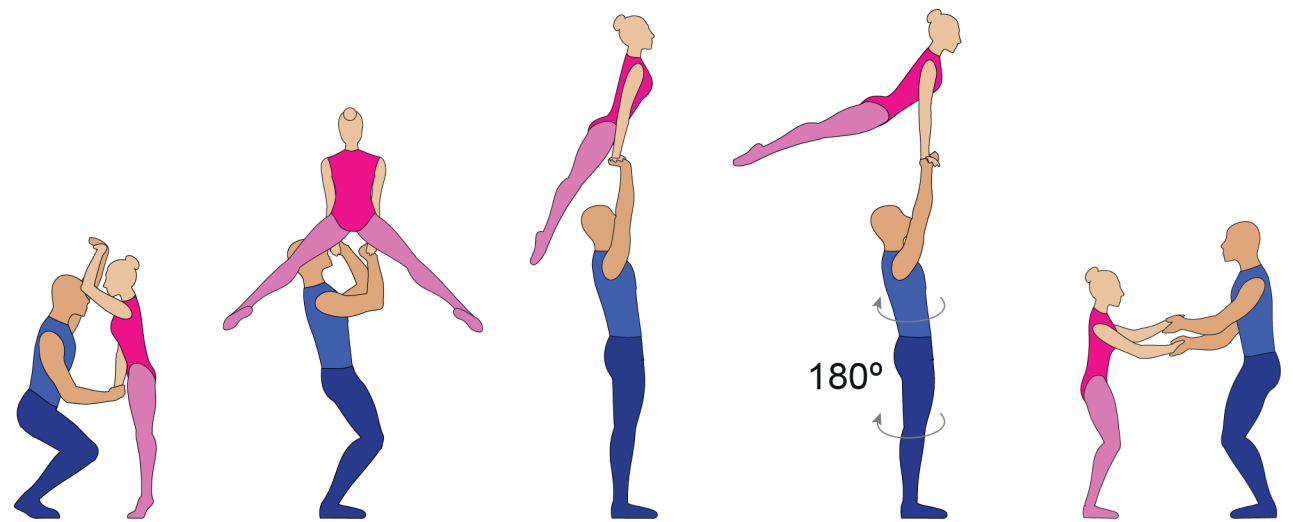
H

11

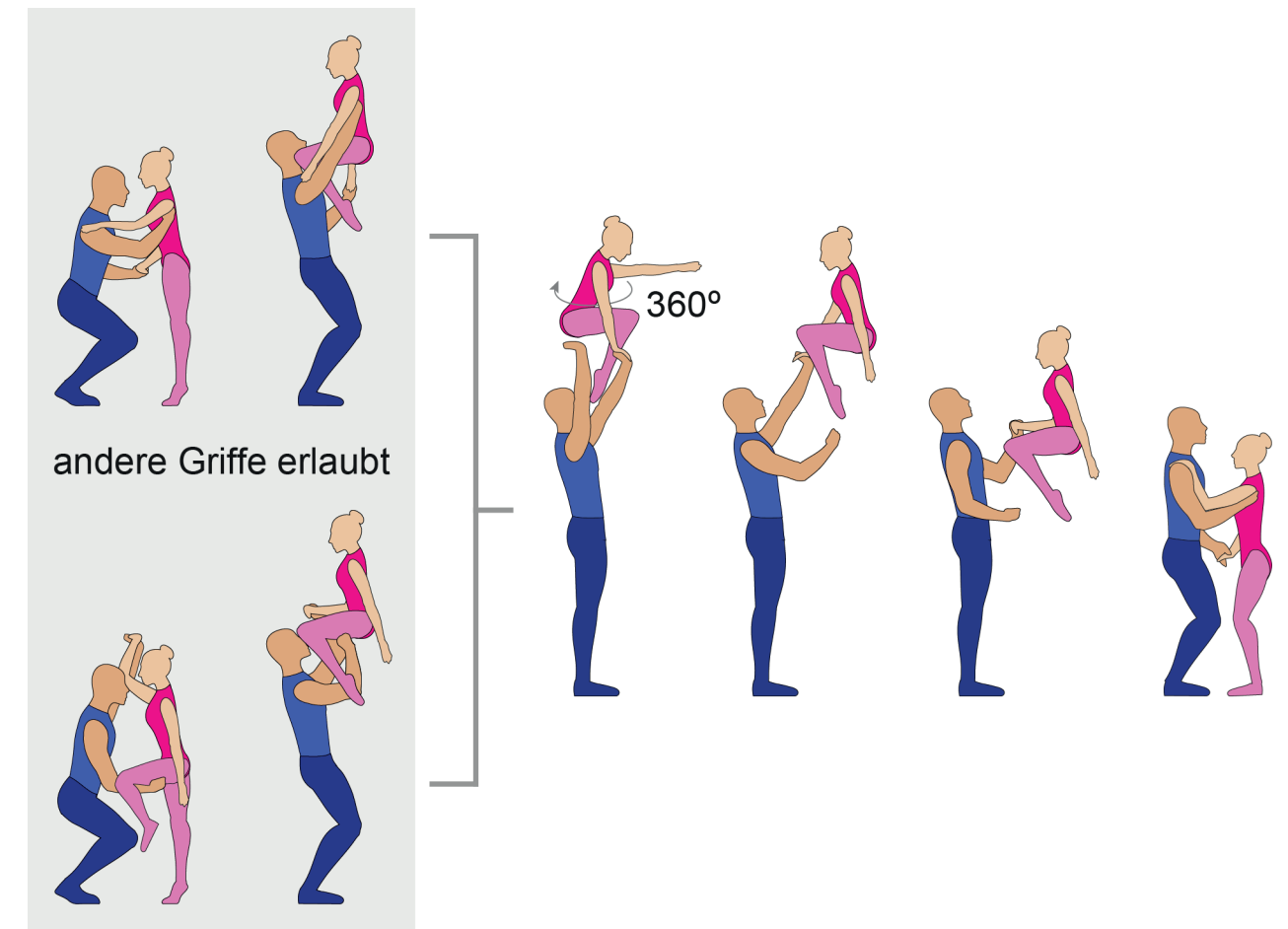
Stütz über Kopf gegrätscht



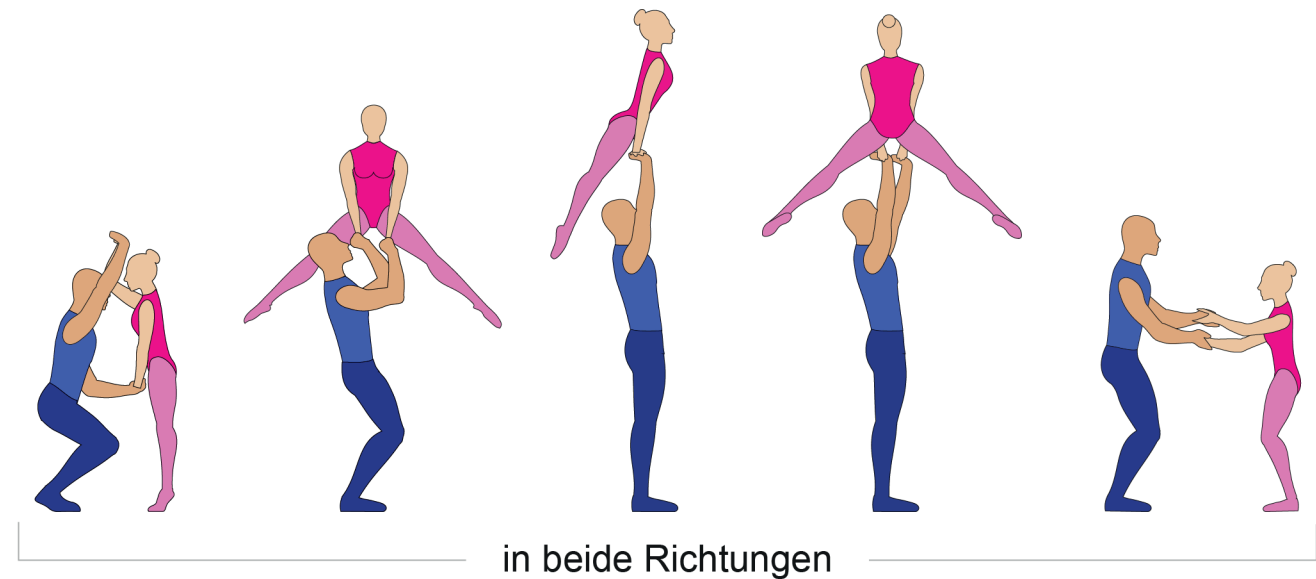
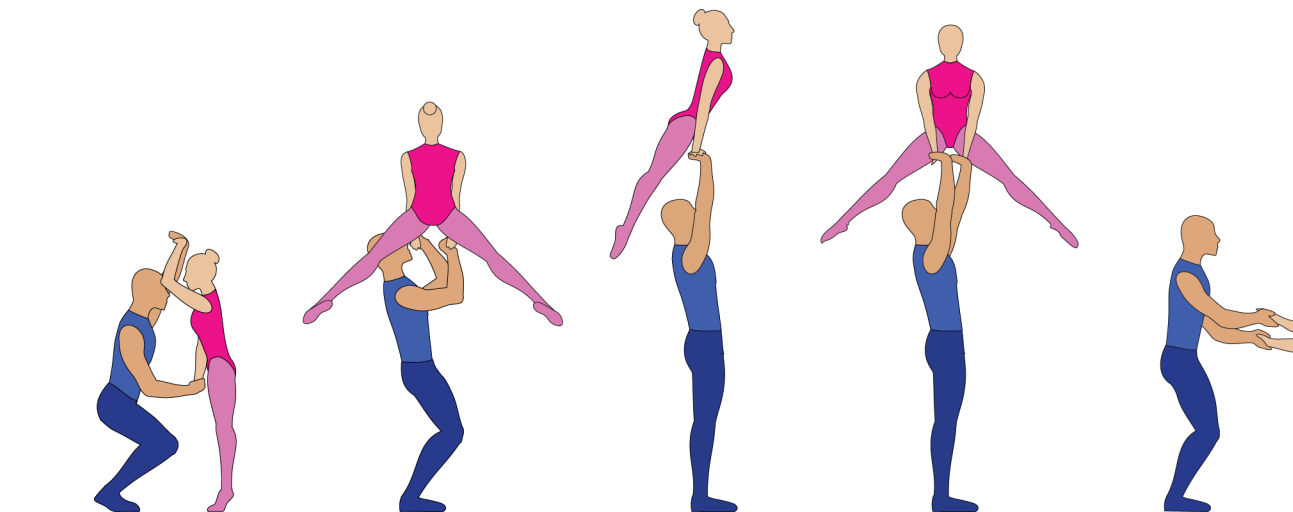
Stützpromenade	1. Akro		2.+3.	
Stützpromenade	F	9	F'	3



Lasso	1. Akro		2.+3.	
Lasso	I	12		

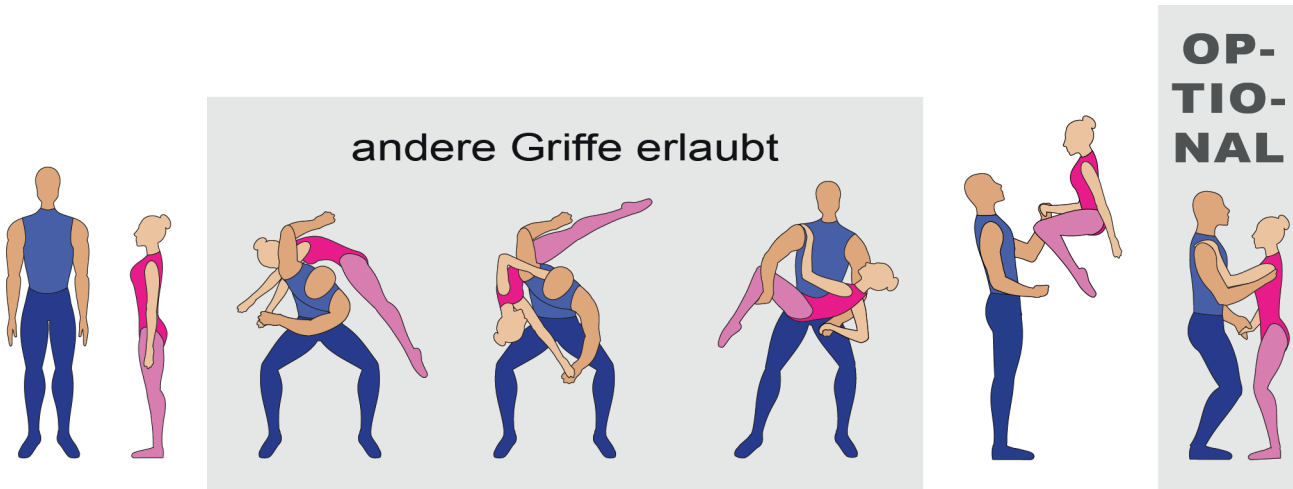


Eis mit 1/1 Damendrehung	1. Akro		2.+3.	
Eis mit 1/1 Damendrehung	H	11	H'	4
Eis mit 1/1 Damendrehung in beide Richtungen	J	13		

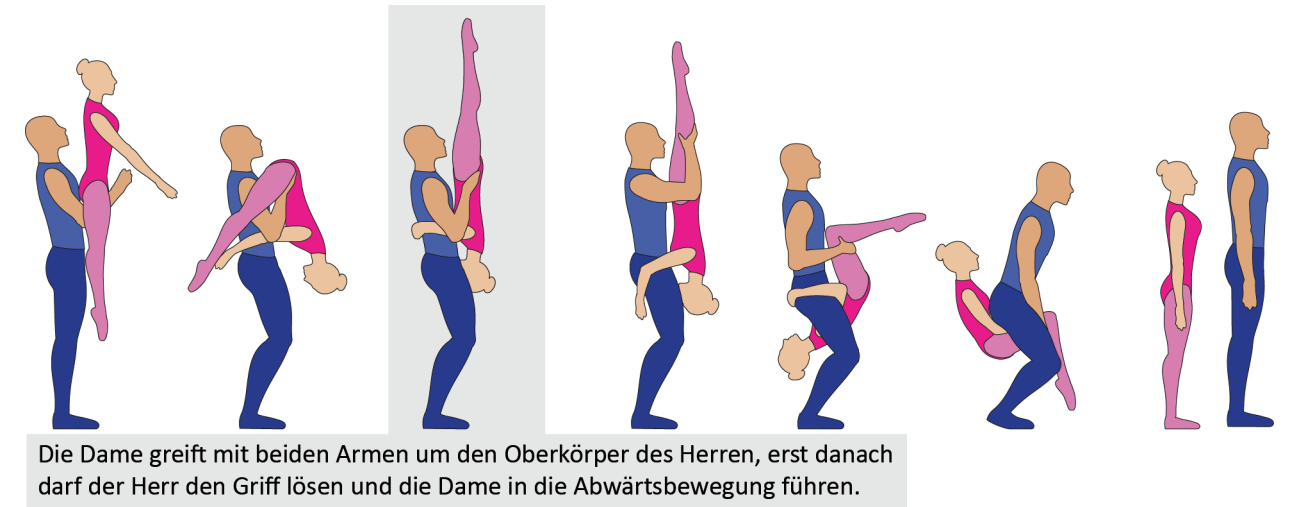


Tabellenübersicht Gruppe 3	1. Akro		2.+3.	
Hecht	D	7	D'	2
Kleiner Taucher	E	8	E'	2,5
Todessprung	D	7	D'	2
Karnickel	G	10	G'	3,5

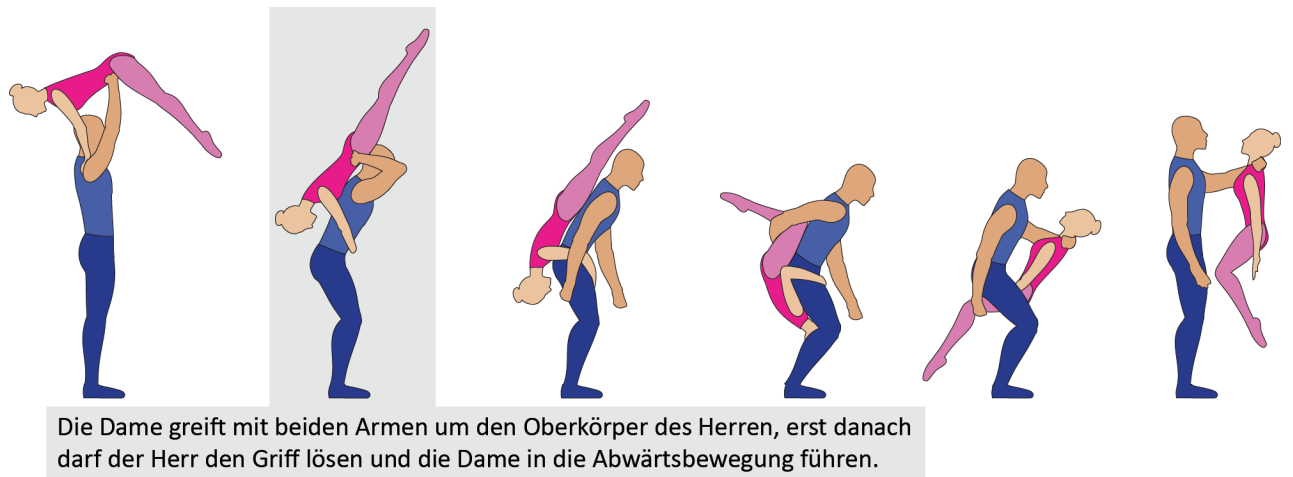
Hecht	1. Akro		2.+3.	
Hecht	D	7	D'	2



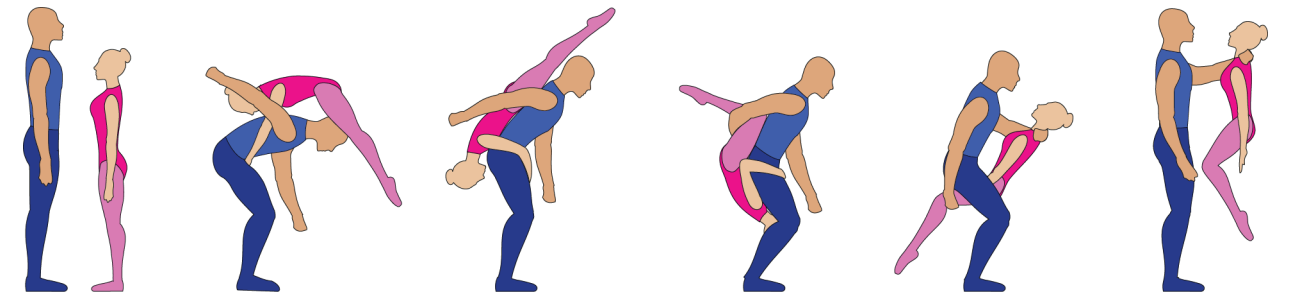
Kleiner Taucher	1. Akro		2.+3.	
Kleiner Taucher	E	8	E'	2,5



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

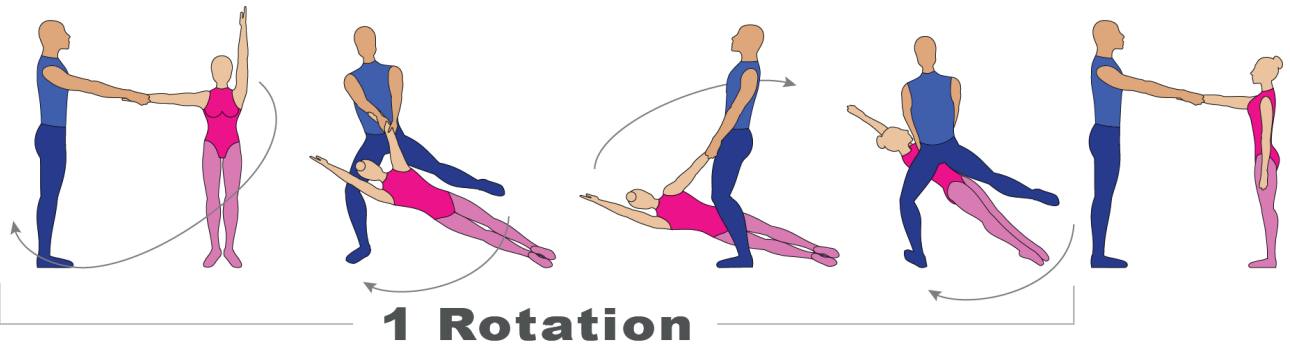


Karnickel	1. Akro		2.+3.	
Karnickel	G	10	G'	3,5

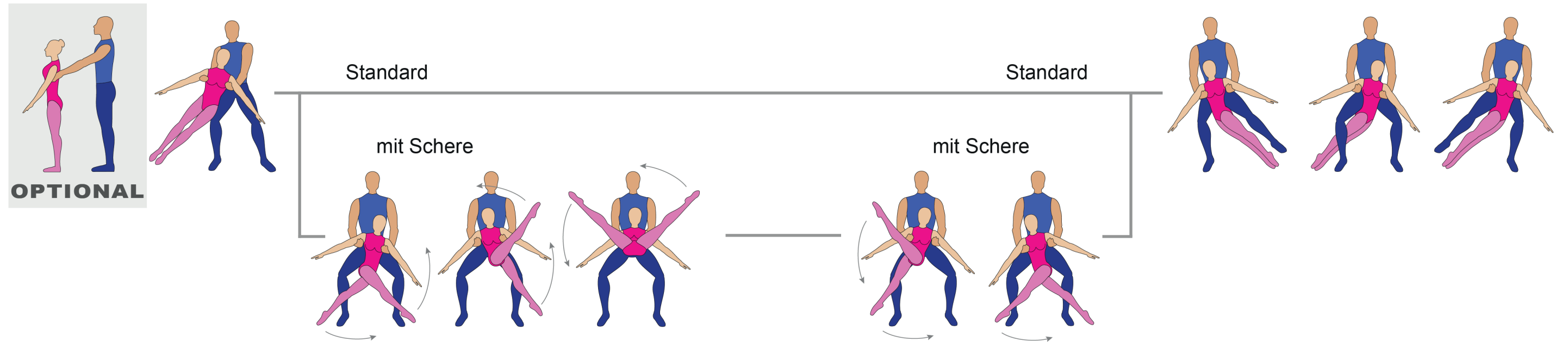


Tabellenübersicht Gruppe 4	1. Akro		2.+3.	
Teller 3 Rotationen	C	6	C'	1,5
Teller 4 Rotationen	D	7	D'	2
Teller 4 Rotationen mind 2x Scheren	F	9	F'	3
Kegel 3 Rotationen	C	6	C'	1,5
Kegel 4 Rotationen	D	7	D'	2
Kegel 4 Rotationen 1x Spagat ODER 4 Rotationen mit 1x Richtungswechsel	F	9	F'	3
Wickler 3 Rotationen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

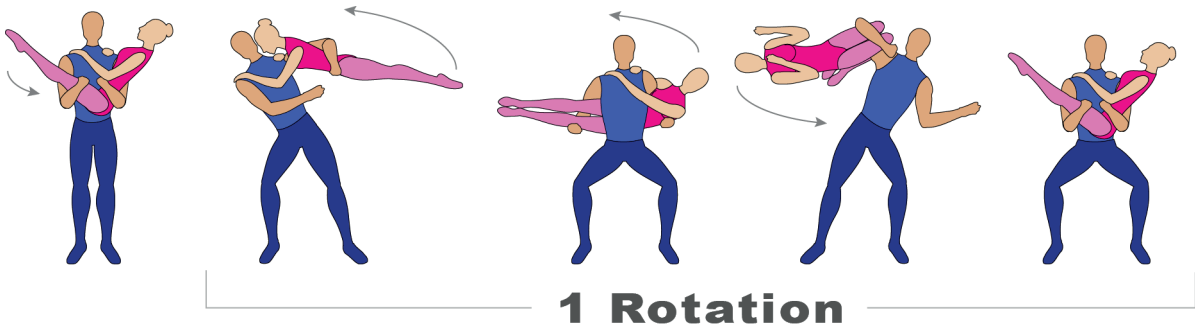
Kegel	1. Akro		2.+3.	
Kegel 3 Rotationen	C	6	C'	1,5
Kegel 4 Rotationen	D	7	D'	2
Kegel 4 Rotationen 1x Spagat ODER 4 Rotationen mit 1x Richtungswechsel	F	9	F'	3



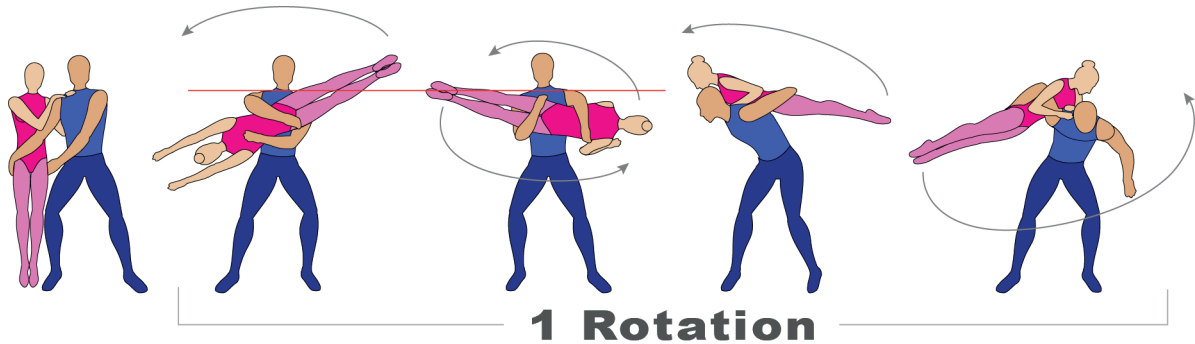
Teller	1. Akro		2.+3.		Teller
Teller 3 Rotationen	C	6	C'	1,5	
Teller 4 Rotationen	D	7	D'	2	
Teller 4 Rotationen mind 2x Scheren	F	9	F'	3	



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

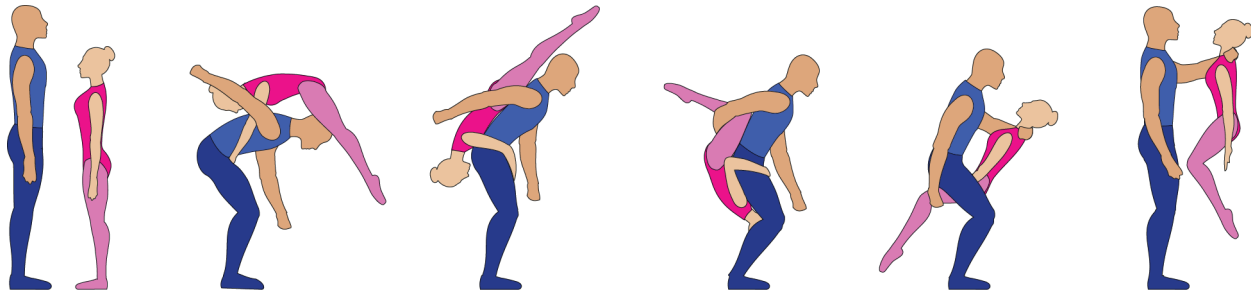


C-Kugel	1. Akro	2.+3.
C-Kugel 3 Rotationen	I 12	
C-Kugel 4 Rotationen	J 13	



Beispiel für eine 2er Kombination	Gesamt
Karnickel + Schwan mit Eingang Grätschsitz	12,0

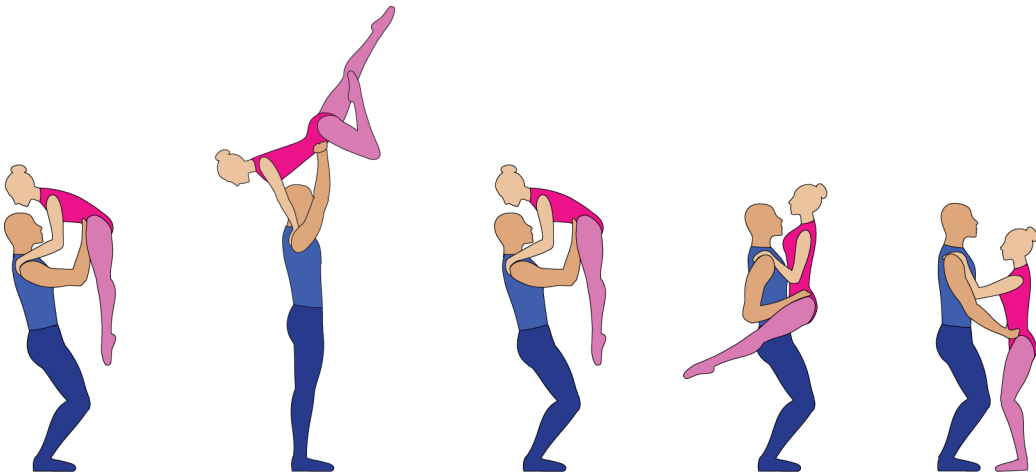
1. Akrobatik	1. Akro	
Karnickel	G 10	



Übergang		
Hüftsitz		

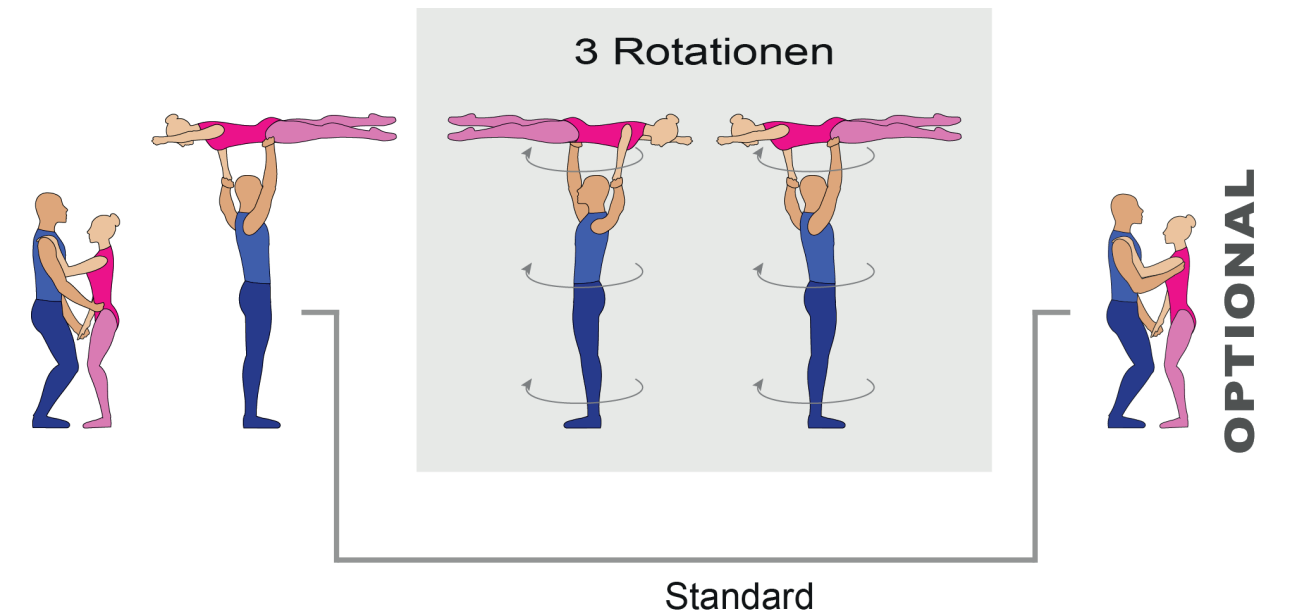


2. Akrobatik	2.+3. Akro
Schwan mit Eingang Grätschsitz	D' 2

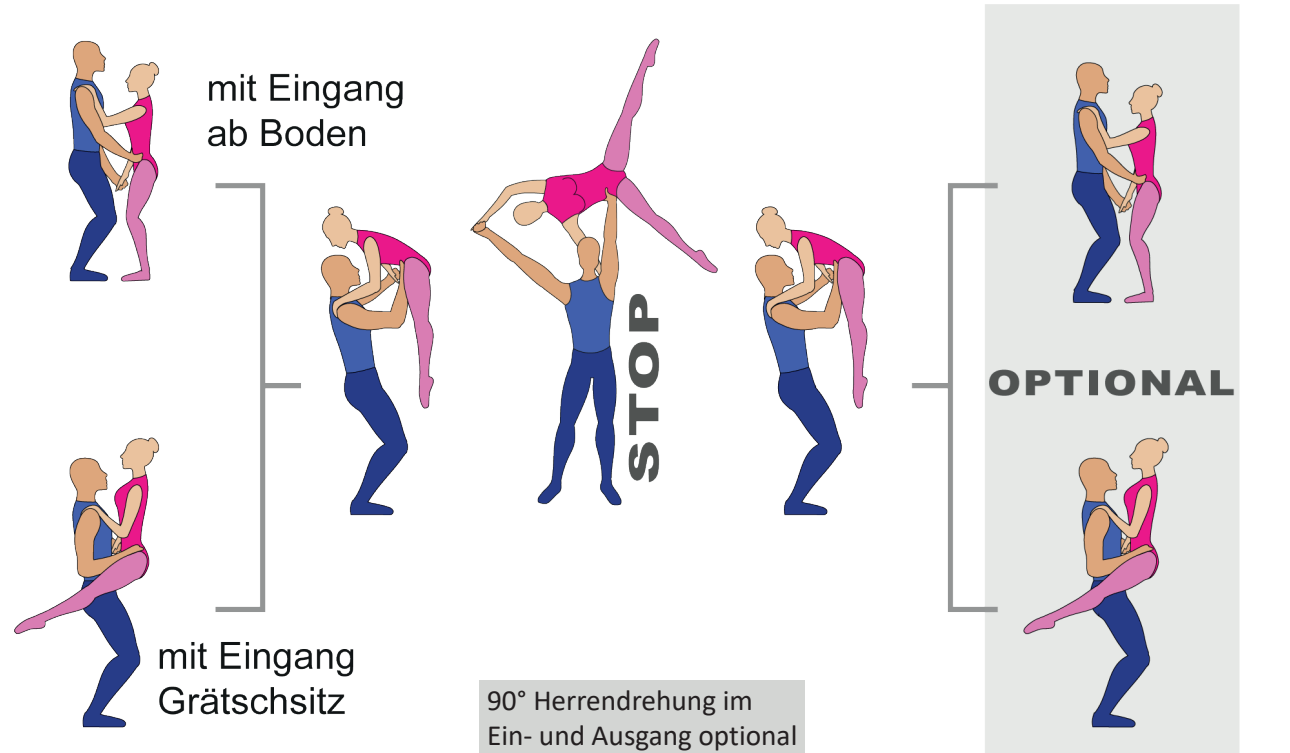


Tabellenübersicht Gruppe 6		1. Akro		2.+3.	
Liegender Stern		F	9	F'	3
Liegender Stern mit 3 Rotationen		H	12		
C-Flagge mit Eingang Grätschsitz		G	10	G'	3,5
C-Flagge mit Eingang ab Boden		H	11		
Zugrolle		C	6	C'	1,5
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschsitz + Abkipper		E	8	E'	2,5
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschsitz + 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
Schleuder		A	4	A'	0,5
Fluggrätsche		C	6	C'	1,5

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

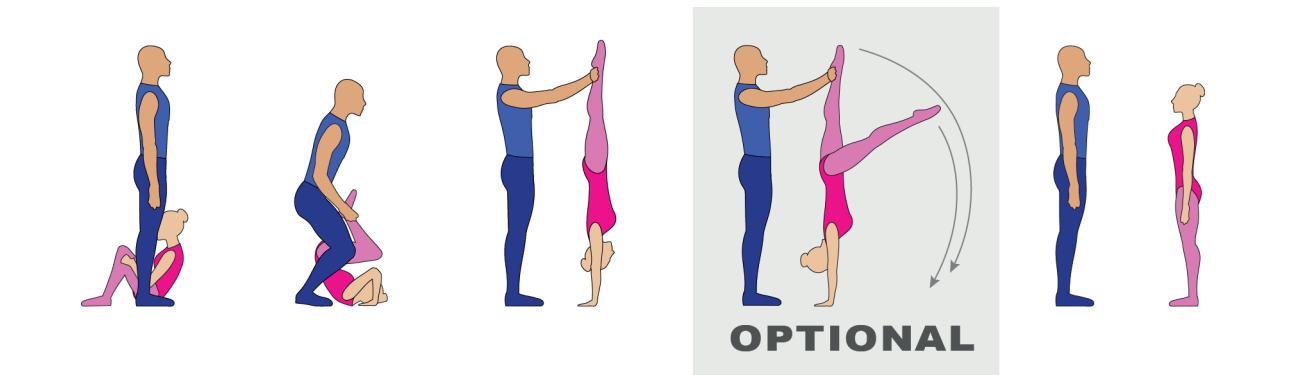


C-Flagge		1. Akro		2.+3.	
C-Flagge mit Eingang Grätschsitz		G	10	G'	3,5
C-Flagge mit Eingang ab Boden		H	11		



Diese Figur steht beim ersten Herbstturnier 2026 (Fischamend, 17.10.2026) nur dem Einreicher-Paar zur Verfügung. Erst beim zweiten Herbstturnier 2026 (Weiz, 31.10.2026) dürfen alle Paare dieser Klasse diese Figur tanzen. Zuwiderhandlungen werden mit einer Roten Karte geahndet.

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

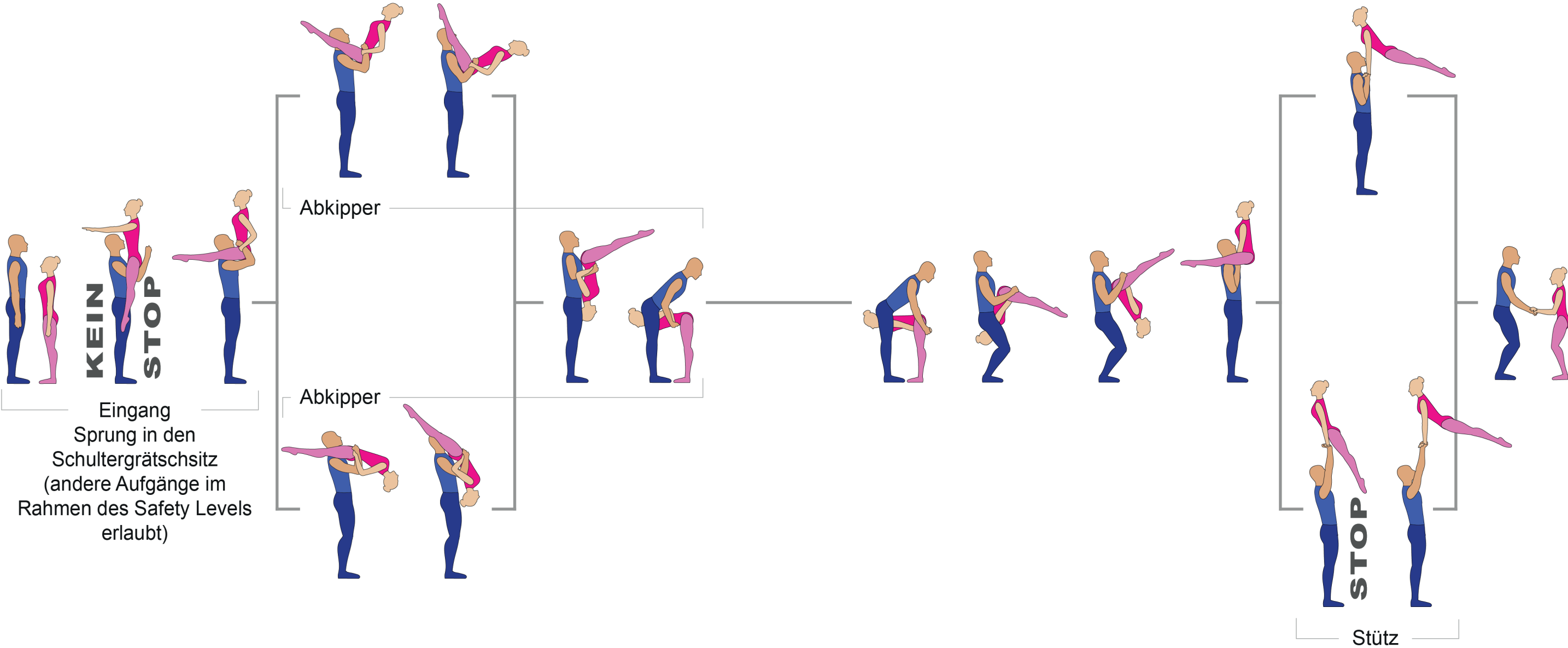


Käskehre

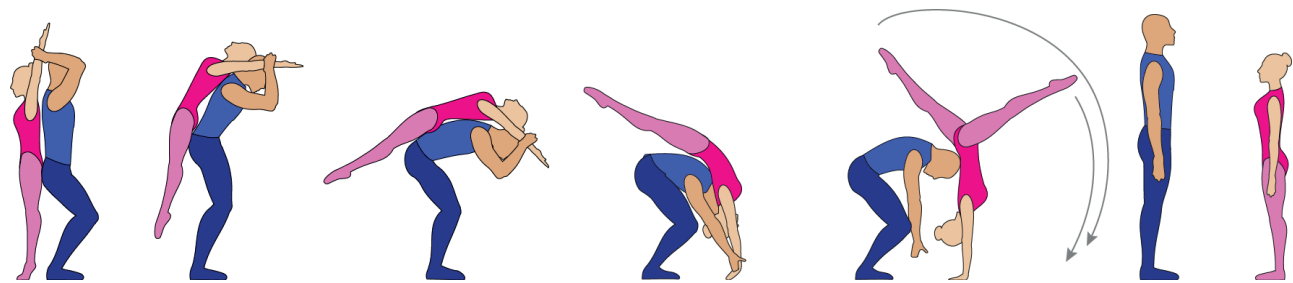
1. Akro2.+3.

Käskehre

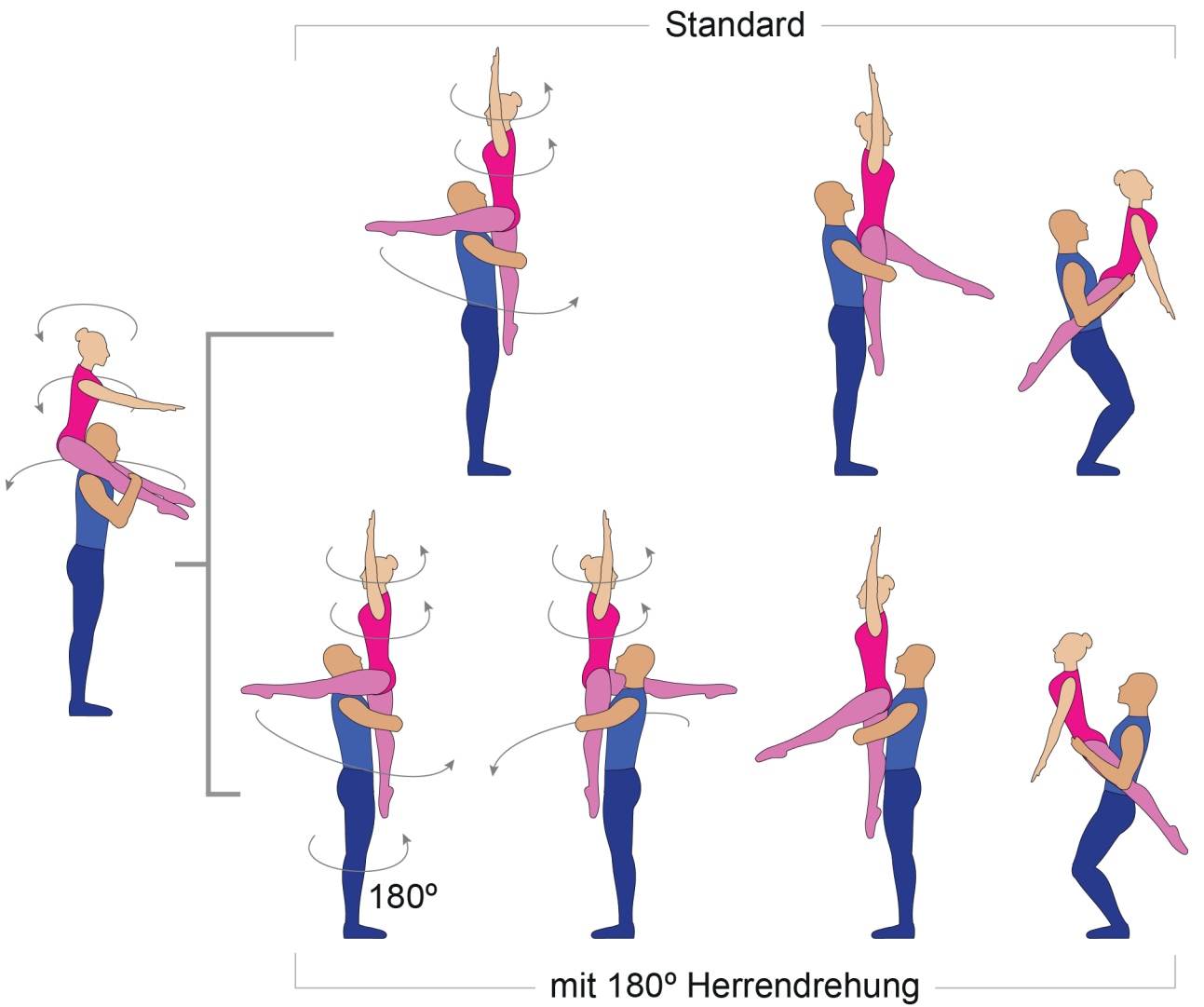
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschsz + Abkipper	E	8	E'	2,5
Käskehre Eingang Sprung in den Schultergrätschsz + Abkipper + Stütz	G	10	G'	3,5



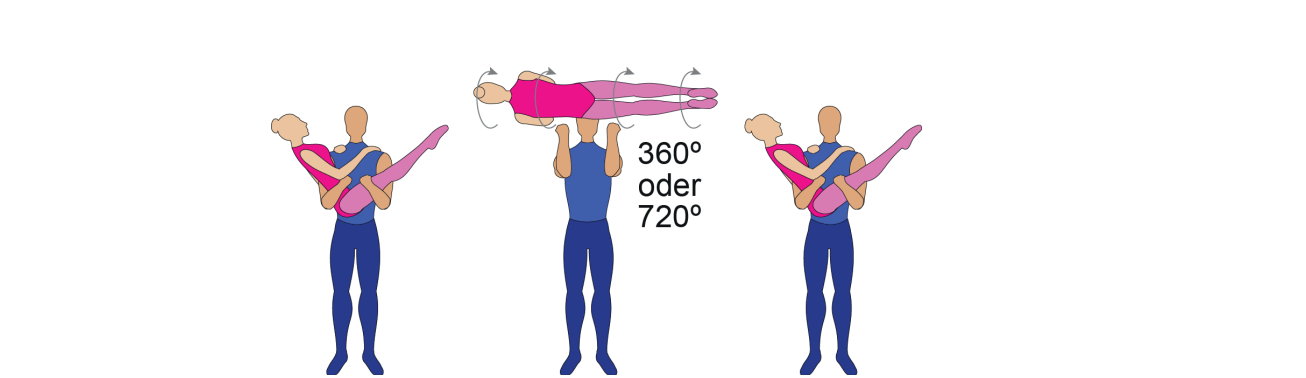
Reneder	1. Akro		2.+3.	
Reneder	B	5	B'	1



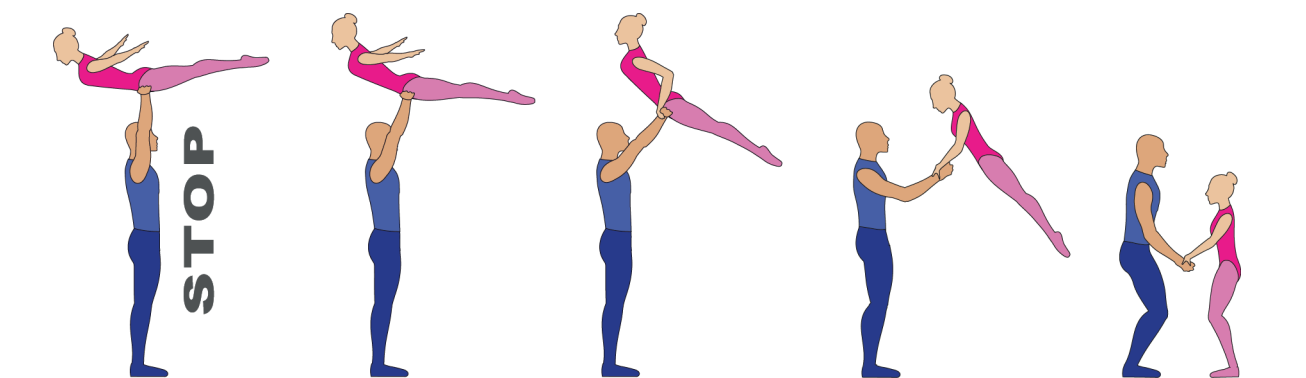
Villacher mit Shalom	1. Akro		2.+3.	
Villacher mit Shalom	G	10	G'	3,5
Villacher mit halber Herrendrehung und Shalom	H	11		



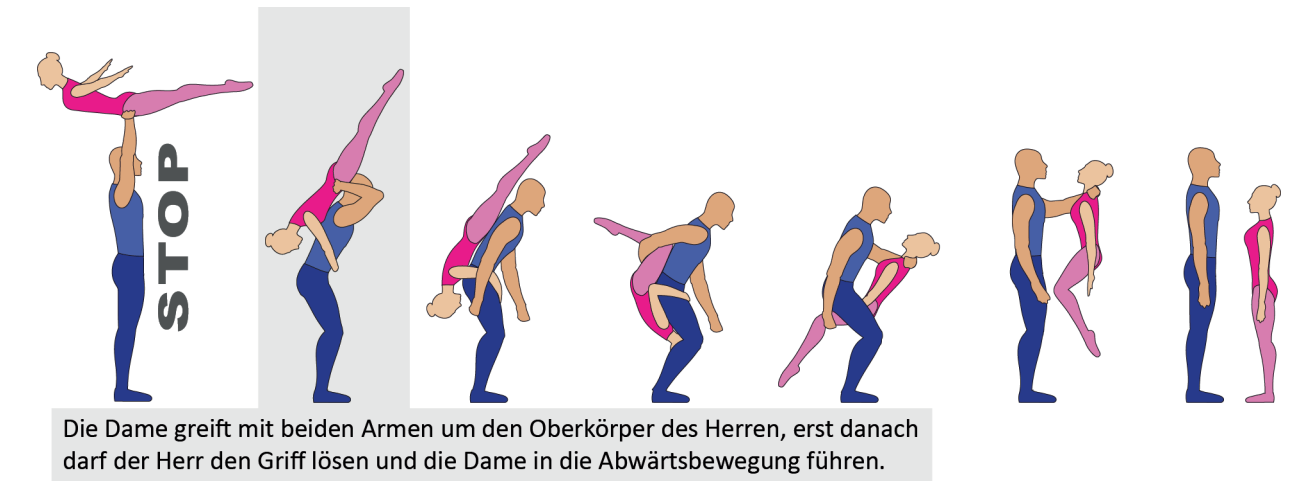
C-Schraube	1. Akro		2.+3.	
C-Schraube 360° Rotation	E	8	E'	2,5
C-Schraube 720° Rotation	J	13		



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

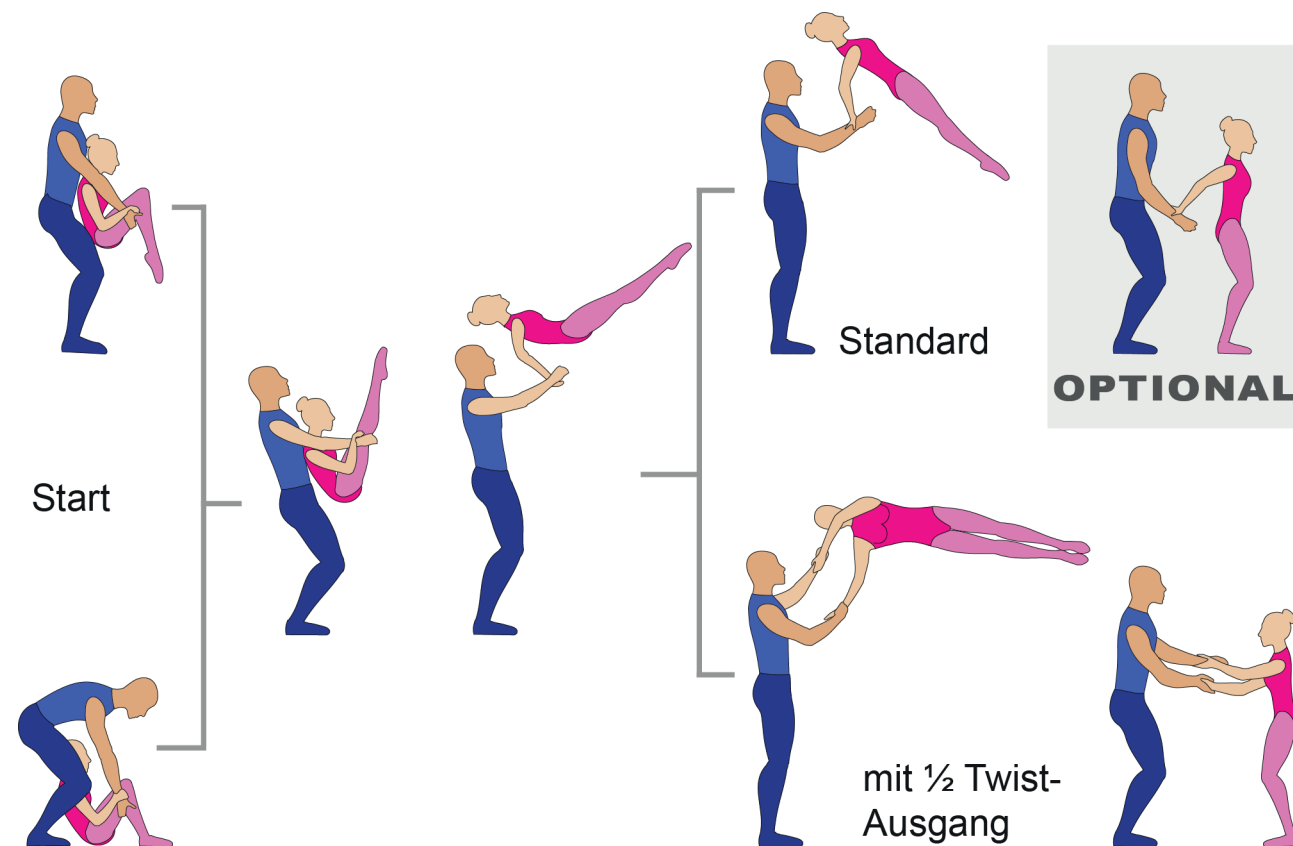


Schwalbe mit Todessturz	1. Akro		2.+3.	
Schwalbe mit Todessturz	I	12		



Unterschwing

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



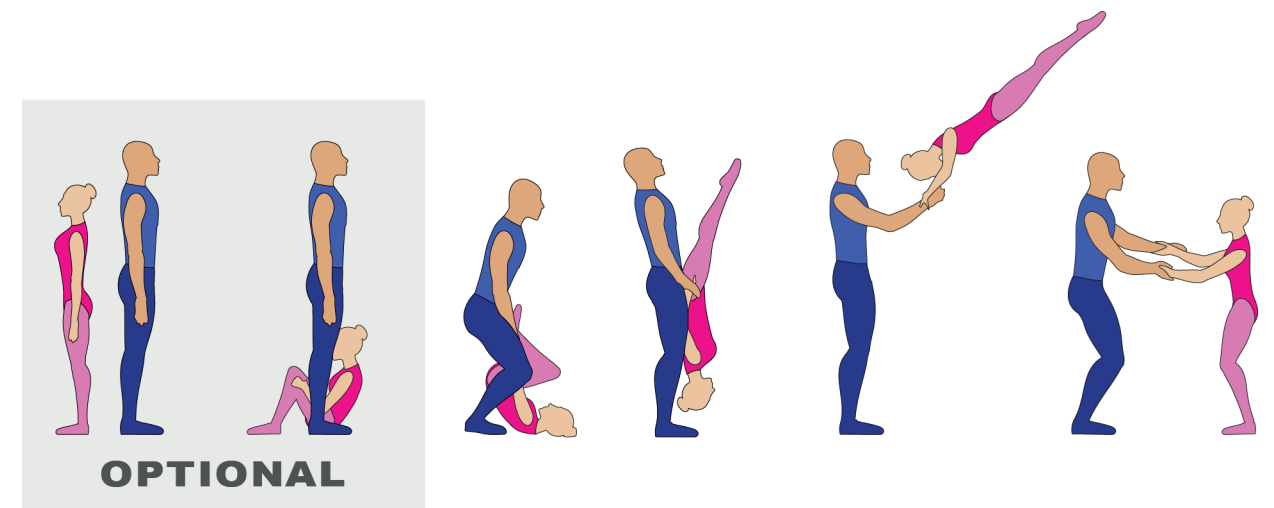
Bat

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



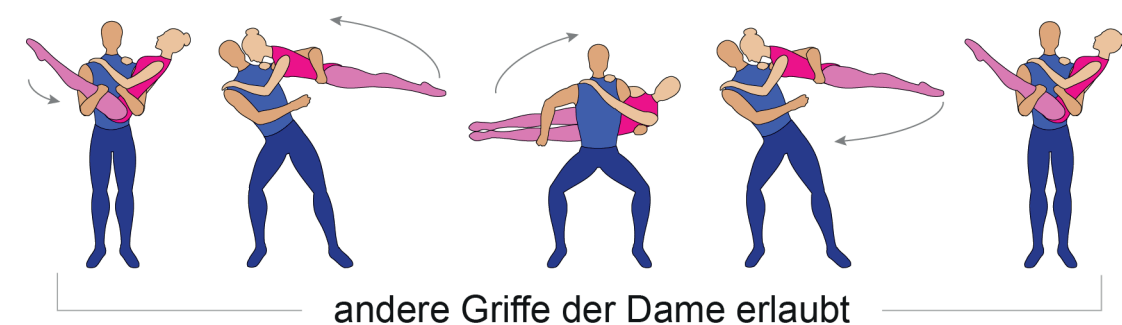
Harrier

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



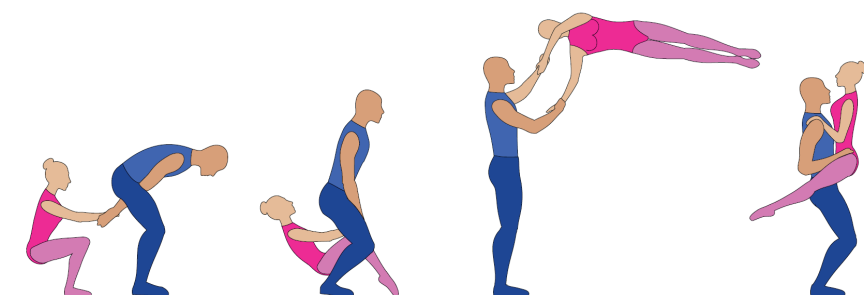
Schleuder

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



Fluggrätsche

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



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		
Liegender 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		
C-Flagge mit Eingang ab Boden	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
C-Flagge mit Eingang Grätschsitz	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
Liegender 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

Tabellenübersicht nach Punkten	1. Akro		2.+3.	
Bat	D	7	D'	2
Doppelshalom mit ½ Twist bei Ein- ODER Ausgang	D	7	D'	2
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

