

**Die Länderfachkonferenz Synchronschwimmen hat folgende Regeländerungen beschlossen, die auf Änderungen der Vorgaben des Weltschwimmverbands World Aquatics beruhen. Die Änderungen gelten mit Veröffentlichung am 14. April 2023.**

**Im Nachfolgenden sind die Änderungen in rot gekennzeichnet; es wird um Beachtung der Anmerkung zu § 457 gebeten.**

### **§ 431 Allgemeine Anforderungen Freie Kombination**

(1) – (4) [...]

- (5) Alle akrobatischen Elemente (siehe **World Aquatics** AS-Rules Anhang 7) und Hybrids (siehe WB SYN Anhang 5) müssen in der ausgewählten Reihenfolge der Vorführung vorab auf eine Trainerkarte aufgelistet werden. Diese muss bis zum Meldeschluss beim Schiedsrichter und Ausrichter eingereicht werden. Danach sind Änderungen nur aus medizinischen Gründen möglich.

### **§ 433 Punktabzug Freie Kombination**

(1) - (2) [...]

- (3) Für jeden Verstoß gegen die vorgeschriebenen Elemente in § 432, Abs. 1 ~~und 2~~ werden zwei (2) Punkte vom Gesamtergebnis abgezogen.

- (4) Für jedes Element das zusätzlich zu der Anzahl und Anforderungen der Elemente für Freie Kombination (WB SYN Anhang V) durchgeführt wird, werden zwei (2) Punkte vom Gesamtergebnis abgezogen.

### **§ 435 Allgemeine Anforderungen Acrobatic Routine**

(1) -(2) [...]

- (3) Alle akrobatischen Elemente (siehe **World Aquatics** AS-Rules Anhang 7) müssen in der ausgewählten Reihenfolge der Vorführung vorab auf eine Trainerkarte aufgelistet werden. Diese muss bis zum Meldeschluss beim Schiedsrichter und Ausrichter eingereicht werden. Danach sind Änderungen nur aus medizinischen Gründen möglich.

### **§ 436 Vorgeschriebene akrobatische Elemente für Acrobatic Routine**

- (1) Sieben (7) akrobatische Bewegungen: eine aus jeder akrobatischen Gruppe (A, B, C, P) und drei (3) weitere akrobatische Bewegungen nach freier Wahl aus jeder beliebigen Gruppe (siehe **World Aquatics** AS-Rules Anhang 7).

### **§ 437 Punktabzug Acrobatic Routine**

(1) – (2) [...]

- (3) Für jede vorgeschriebene Akrobatik (siehe WB SYN Anhang V), die **zu viel oder zu wenig** nicht ausgeführt wird oder nicht den in § 436 angegebenen Akrobatikgruppen entspricht, werden zwei (2) Punkte vom Gesamtergebnis abgezogen.

### **§ 450 Pflichtübungsgruppen AK C (**World Aquatics** AG 13, 14, 15)**

## § 451 Pflichtübungsgruppen AK D (World Aquatics AG 12 und jünger)

### § 454 Kategorien I - IV

#### Kategorie I

101	Ballet Leg Single / Ballettbein einfach	1,6
102	Ballet Leg Alternate / Ballettbein im Wechsel	2,4
103	Submarine Ballet Leg Single / Ballettbein Tauchboot	2,1
106	Straight Ballet leg / Ballettbein gestreckt	1,6
110	Ballet Leg Double / Doppelballettbein	1,6
111	Submarine Ballet Leg Double / Doppelballettbein – Tauchboot	2,2
112	Ibis	2,5
112 a	Ibis ½ Twist / Ibis halbe Drehung	2,9
112 b	Ibis Full Twist / Ibis ganze Drehung	3,1
112 c	Ibis Twirl / Ibis Wirbel	3,0
112 d	Ibis Spinning 180° / Ibis 180° Schraube	2,5
112 e	Ibis Spinning 360° / Ibis 360° Schraube	2,6
112 f	Ibis Continuous Spin / Ibis kontinuierliche Schraube	2,9
112 g	Ibis Twist Spin / Ibis Drehung - Schraube	3,1
112 h	Ibis Spin Up 180° / Ibis Aufwärtsschraube 180°	3,1
112 i	Ibis Spin Up 360° / Ibis Aufwärtsschraube 360°	3,1
112 j	Ibis Combined Spin / Ibis kombinierte Schraube	3,2
113	Crane / Kranich	3,7
115	Catalina / Catalina	2,3
115 a	Catalina ½ Twist / Catalina halbe Drehung	2,7
115 b	Catalina Full Twist / Catalina ganze Drehung	2,9
115 c	Catalina Twirl / Catalina Wirbel	2,8
115 d	Catalina Spinning 180° / Catalina 180° Schraube	2,4
115 e	Catalina Spinning 360° / Catalina 360° Schraube	2,4
115 f	Catalina Continuous Spin / Catalina kontinuierliche Schraube	2,7
115 g	Catalina Twist Spin / Catalina Drehung - Schraube	2,9
115 h	Catalina Spin Up 180° / Catalina Aufwärtsschraube 180°	2,9
115 i	Catalina Spin Up 360° / Catalina Aufwärtsschraube 360°	3,0
115 j	Catalina Combined Spin / Catalina kombinierte Schraube	3,1
116	Catalarc / Catalina – Überschwung	2,9
117	Catalarc Open 180° / Catalina Überschwung offen 180°	3,0
118	Helikopter	2,0
125	Eiffel Tower / Eiffelturm	2,6
125 a	Eiffel Tower ½ Twist / Eiffelturm halbe Drehung	3,0
125 b	Eiffel Tower Full Twist / Eiffelturm ganze Drehung	3,2
125 c	Eiffel Tower Twirl / Eiffelturm Wirbel	3,1
125 d	Eiffel Tower Spinning 180° / Eiffelturm 180° Schraube	2,7
125 e	Eiffel Tower Spinning 360° / Eiffelturm 360° Schraube	2,7
125 f	Eiffel Tower Continuous Spin / Eiffelturm kontinuierliche Schraube	3,0
125 g	Eiffel Tower Twist Spin / Eiffelturm Drehung - Schraube	3,3
125 h	Eiffel Tower Spin Up 180° / Eiffelturm Aufwärtsschraube 180°	3,3

125 i	Eiffel Tower Spin Up 360° / Eiffelturm Aufwärtsschraube 360°	3,3
128	Eiffel Walk / Eiffelüberschwung	2,7
130	Flamingo / Flamingo	2,4
130 a	Flamingo ½ Twist / Flamingo halbe Drehung	2,8
130 b	Flamingo Full Twist / Flamingo ganze Drehung	3,0
130 c	Flamingo Twirl / Flamingo Wirbel	2,9
130 d	Flamingo Spinning 180° / Flamingo 180° Schraube	2,4
130 e	Flamingo Spinning 360° / Flamingo 360° Schraube	2,5
130 f	Flamingo Continuous Spin / Flamingo kontinuierliche Schraube	2,8
130 g	Flamingo Twist Spin / Flamingo Drehung – Schraube	3,0
130 h	Flamingo Spin Up 180° / Flamingo Aufwärtsschraube 180°	3,0
130 i	Flamingo Spin Up 360° / Flamingo Aufwärtsschraube 360°	3,0
130 j	Flamingo Combined Spin / Flamingo kombinierte Schraube	3,1
140	Flamingo Bent Knee / Flamingo Beugeknie	2,3
140 a	Flamingo Bent Knee ½ Twist / Flamingo Beugeknie halbe Drehung	2,7
140 b	Flamingo Bent Knee Full Twist / Flamingo Beugeknie ganze Drehung	2,9
140 c	Flamingo Bent Knee Twirl / Flamingo Beugeknie Wirbel	2,8
140 d	Flamingo Bent Knee Spinning 180° / Flamingo Beugeknie 180° Schraube	2,4
140 e	Flamingo Bent Knee Spinning 360° / Flamingo Beugeknie 360° Schraube	2,4
140 f	Flamingo Bent Knee Continuous Spin / Flamingo Beugeknie kontinuierliche Schraube	2,7
140 g	Flamingo Bent Knee Twist Spin / Flamingo Beugeknie Drehung - Schraube	2,9
140 h	Flamingo Bent Knee Spin Up 180° / Flamingo Beugeknie Aufwärtsschraube 180°	2,9
140 i	Flamingo Bent Knee Spin Up 360° / Flamingo Beugeknie Aufwärtsschraube 360°	3,0
140 j	Flamingo Bent Knee Combined Spin / Flamingo Beugeknie kombinierte Schraube	3,1
141	Stingray	3,1
142	Manta Ray	2,8
143	Rio	3,1
144	Rio Straight Leg / Rio gestrecktes Bein	3,1
150	Knight / Ritter	3,1
154	London	2,0
154 j-1	London Combined Spin 360° / London kombinierte Schraube 360°	2,7
154 j-2	London Combined Spin 720° / London kombinierte Schraube 720°	2,9

## Kategorie II

226	Swan / Schwan	2,1
227	Swanita	1,8
227d	Swanita Spinning 180° / Swanita Schraube 180°	1,9
240	Albatross / Albatros	2,2
240 a	Albatross ½ Twist / Albatros halbe Drehung	2,2
240 b	Albatross Full Twist / Albatros ganze Drehung	2,3
240 c	Albatross Twirl / Albatros Wirbel	2,3
240 d	Albatross Spinning 180° / Albatros 180° Schraube	1,9
240 e	Albatross Spinning 360° / Albatros 360° Schraube	2,0
240 h	Albatross Spin Up 180° / Albatros Aufwärtsschraube 180°	2,4
240 i	Albatross Spin Up 360° / Albatros Aufwärtsschraube 360°	2,5
240 j	Albatross Combined Spin / Albatros kombinierte Schraube	2,6
241	Goeland	2,0

### Kategorie III

301	Barracuda	1,8
301 c	Barracuda Twirl / Barracuda Wirbel	2,5
301 d	Barracuda Spinning 180° / Barracuda 180° Schraube	2,0
301 e	Barracuda Spinning 360° / Barracuda 360° Schraube	2,3
301 f	Barracuda Continuous Spin / Barracuda kontinuierliche Schraube	2,8
301 h	Barracuda Spin Up 180° / Barracuda Aufwärtsschraube 180°	2,4
301 i	Barracuda Spin Up 360° / Barracuda Aufwärtsschraube 360°	2,4
302	Blossom	1,4
303	Somersault Back Pike / Salto rückwärts gehechtet	1,4
306	Barracuda Bent Knee / Barracuda Beugeknie	1,7
306 d	Barracuda Bent Knee Spinning 180° / Barracuda Beugeknie 180° Schraube	1,8
306 e	Barracuda Bent Knee Spinning 360° / Barracuda Beugeknie 360° Schraube	1,9
307	Flying Fish	2,4
307 d	Flying Fish Spinning 180°	2,6
307 e	Flying Fish Spinning 360°	2,9
308	Barracuda Airborne Split	2,3
308 h	Barracuda Airborne Split Spin Up 180° / Aufwärtsschraube 180°	2,9
308 i	Barracuda Airborne Split Spin Up 360° / Aufwärtsschraube 360°	3,0
310	Somersault Back Tuck / Salto rückwärts gehockt	1,1
311	Kip / Handstand	1,6
311 a	Kip ½ Twist / Handstand halbe Drehung	2,0
311 b	Kip Full Twist / Handstand ganze Drehung	2,2
311 c	Kip Twirl / Handstand Wirbel	2,1
311 d	Kip Spinning 180° / Handstand 180° Schraube	1,7
311 e	Kip Spinning 360° / Handstand 360° Schraube	1,7
311 f	Kip Continuous Spin / Handstand kontinuierliche Schraube	2,0
311 g	Kip Twist Spin / Handstand Drehung - Schraube	2,2
311 h	Kip Spin Up 180° / Handstand Aufwärtsschraube 180°	2,2
311 i	Kip Spin Up 360° / Handstand Aufwärtsschraube 360°	2,3
311 j	Kip Combined Spin / Handstand kombinierte Schraube	2,4
312	Kip Split / Handstand Spagat	2,3
313	Kip Split Closing 180° / Handstand Spagat schließen 180°	2,2
314	Kip Split Open 360° / Handstand Spagat offen 360°	2,9
315	Seagull / Seemöve	2,2
315 c	Seagull Twirl	2,7
315 d	Seagull Spinning 180°	2,2
315 e	Seagull Spinning 360°	2,3
315 f	Seagull Continuous Spin	2,6
315 h	Seagull Aufwärtsschraube 180°	2,8
315 i	Seagull Aufwärtsschraube 360°	2,8
316	Kipnus	1,4
317	Kipnus Variant	1,9
318	Kip Bent Knee / Handstand Beugeknie	1,8
319	Kipswirl	1,7
319 c	Kipswirl Twirl	2,1
319 d	Kipswirl Spinning 180°	1,7
319 e	Kipswirl Spinning 360°	1,8
319 f	Kipswirl Continuous Spin	2,0
320	Kipswirl Split Closing 180° / Kipswirl Spagat schließen 180°	2,3

321	Kipswirl Split Closing 360° / Kipswirl Spagat schließen 360°	2,5
322	Elevator / Eisvogel	2,5
323	Somersault Front Pike / Salto vorwärts gehechtet	1,4
324	Somersub / Salto – Tauchboot	1,9
325	Subalina / Salto – Tauchboot – Catalina	2,2
326	Subilarc / Salto – Tauchboot – Catalina Überschwingung	2,8
327	Ballerina	1,8
328	Lagoon	2,4
330	Aurora	2,3
330 a	Aurora ½ Twist / Aurora halbe Drehung	2,7
330 c	Aurora Twirl / Aurora Wirbel	2,8
330 d	Aurora Spinning 180° / Aurora 180° Schraube	2,3
330 e	Aurora Spinning 360° / Aurora 360° Schraube	2,4
330 f	Aurora Continuous Spin / Aurora kontinuierliche Schraube	2,7
330 g	Aurora Twist Spin / Aurora Drehung - Schraube	2,9
331	Aurora Open 180° / Aurora offen 180°	3,0
332	Aurora Open 360° / Aurora offen 360°	3,1
335	Gaviata	2,3
336	Gaviata Open 180° / Gaviata offen 180°	2,4
342	Heron / Reiher	1,9
342 c	Heron Twirl / Reiher Wirbel	2,4
342 d	Heron Spinning 180° / Reiher 180° Schraube	2,1
342 e	Heron Spinning 360° / Reiher 360° Schraube	2,2
342 f	Heron Continuous Spin / Reiher kontinuierliche Schraube	2,4
342 h	Heron Spin Up 180° / Reiher Aufwärtsschraube 180°	2,4
342 i	Heron Spin Up 360° / Reiher Aufwärtsschraube 360°	2,4
343	Butterfly / Schmetterling	2,5
344	Neptunus / Neptun	1,6
345	Catalina Reverse / Contra – Catalina	2,1
346	Side Fishtail Split / Seit – Fishtail – Spagat	2,0
347	Minerva	2,0
348	Tower /Turm	1,9
349	Beluga	2,1
350	Dalecarlia	2,6
351	Jupiter	2,8
352	Venus	3,0
355	Porpoise / Tümmeler	1,8
355 a	Porpoise ½ Twist / Tümmeler halbe Drehung	2,2
355 b	Porpoise Full Twist / Tümmeler ganze Drehung	2,4
355 c	Porpoise Twirl / Tümmeler Wirbel	2,3
355 d	Porpoise Spinning 180° / Tümmeler 180° Schraube	1,9
355 e	Porpoise Spinning 360° / Tümmeler 360° Schraube	1,9
355 f	Porpoise Continuous Spin / Tümmeler kontinuierliche Schraube	2,2
355 g	Porpoise Twist Spin / Tümmeler Drehung - Schraube	2,5
355 h	Porpoise Spin Up 180° / Tümmeler Aufwärtsschraube 180°	2,5
355 i	Porpoise Spin Up 360° / Tümmeler Aufwärtsschraube 360°	2,5
355 j	Porpoise Combined Spin / Tümmeler kombinierte Schraube	2,6
356	Whip / Peitsche	2,6
356 f	Whip Continuous Spin 720° / Peitsche kontinuierliche Schraube 720°	3,0
359	Front Ariana / Ariana vorwärts	2,2
360	Walkover Front / Überschwingung vorwärts	1,9
361	Prawn	1,5
362	Surface Prawn	1,3

363	Water Drop / Wassertropfen	1,8
364	Whirlwind / Wirbelwind	2,7

#### Kategorie IV

401	Swordfish / Schwertfisch	2,1
402	Swordfish / Tauchschwert	2,3
403	Swordtail	2,3
405	Swordfish / Schwertfisch gedreht	2,5
406	Swordfish Straight Leg / Schwertfisch gestreckt	2,3
407	Swordfish Straight Leg Ariana Rotation / Schwertfisch gestr. Ariana Drehung	2,6
410	Hightower / Komet	3,3
413	Alba	2,7
420	Walkover Back / Überschwung rückwärts	2,1
421	Walkover Back Closing 360° / Überschwung rückwärts schließen 360°	2,4
423	Ariana	2,5
435	Nova	2,2
435 c	Nova Twirl / Nova Wirbel	2,7
435 d	Nova Spinning 180° / Nova 180° Schraube	2,3
435 e	Nova Spinning 360° / Nova 360° Schraube	2,3
435 f	Nova Continuous Spin / Nova kontinuierliche Schraube	2,6
435 g	Nova Twist Spin / Nova Drehung Schraube	2,8
436	Cyclone	2,4
436 c	Cyclone Twirl	2,8
436 d	Cyclone Spinning 180° / Cyclone 180° Schraube	2,4
436 e	Cyclone Spinning 360° / Cyclone 360° Schraube	2,4
436 f	Cyclone Continuous Spin / Cyclone kontinuierliche Schraube	2,7
437	Cyclone Open 180° / Cyclone offen 180°	2,6
438	Oceanea	2,2
439	Oceanita	1,8
440	Ipanema	3,0
440 d	Ipanema Spinning 180° / Ipanema 180° Schraube	3,1
441	Saturn	2,5
441 e	Saturn Spinning 360° / Saturn 360° Schraube	2,6

## § 455 Grundpositionen (GP)

7. Kranichposition (wird derzeit in keiner **World Aquatics**-Übung ausgeführt)

## § 457 Beschreibung der Übungen von § 454

### Anmerkung:

Bei den Übungen Nr. 110, 113, 118, 130, 140, 141, 142, 154, 240 j), 241, 303, 306, 307, 307d), 307 e), 308, 308i), 313, 314, 328, 331, 332, 342c), 344, 405, 406, 410, 420, 423, 438 wurden entsprechend der Auflistung in § 454 die Schwierigkeitsgrade dementsprechend angepasst. Aus Übersichtlichkeitsgründen wird hier von einem einzelnen Abdruck abgesehen. Bei den nachfolgenden Übungen sind auch textliche Änderungen gegeben, weswegen die Textformen hier abgedruckt sind.

## 227 Swanita

1,8

Aus einer **gestreckten Rückenlage** wird eine *gebogene Beugeknieposition an der Wasseroberfläche eingenommen*. Das gebeugte Bein wird gestreckt, um eine **Ritterposition** einzunehmen. Der Körper dreht sich um 180°, um eine **Fishtail-Position** einzunehmen. Die Beine werden in eine **senkrechte Position** geschlossen, während sie auf Höhe der Knöchel abtauchen. Ein *senkrecht abtauchen* wird ausgeführt.

## 315 c Seagull Twirl / Seemöve Wirbel

2,7

Ein Seagull wird bis zur zweiten **senkrechten Position** ausgeführt. Ein *Wirbel* (GB 12c) wird ausgeführt, gefolgt von einem schnellen *senkrechten Abtauchen*.

## 315 d bis 315 f (§ 454)

Ein Seagull wird bis zur zweiten **senkrechten Position** ausgeführt. Die entsprechende *Schraube* (GB 13) wird ausgeführt.

## 315 h und 315 i (§ 454)

Ein Seagull wird bis zur zweiten **senkrechten Position** ausgeführt. Ein *senkrecht abtauchen* bis auf Höhe der Knöchel wird ausgeführt. Die entsprechende *Aufwärtsschraube* (GB 13) wird ausgeführt, gefolgt von einem schnellen *senkrechten Abtauchen*.

## 441 e Saturn Spinning 360° / Saturn 360° Schraube

2,6

Ein Saturn wird bis zur **senkrechten Position** (GP 6) ausgeführt. Eine schnelle *360° Schraube* (GB 13) wird in die gleiche Richtung wie der *Twirl* ausgeführt.

## § 465 Technische Kür

- (1) Es gilt § 464 Abs. 1. In Abweichung des § 464 Abs. 1 **können** bei der Technischen Kür ein einteiliger schwarzer Badeanzug und weiße Badekappe getragen werden.

Gez. Klaus Woryna



