

Gliederung	I
Abkürzungen	I
Verzeichnis der Abbildungen und Tabellen	III
Einleitung	1
Problemdarstellung	5
1. Die Rhythmische Sportgymnastik	7
1.1 Allgemeines	7
1.2 Leistungskennzeichnende Merkmale	7
1.3 Die Wettkampfübung	10
1.4 Leistungsvoraussetzende Merkmale	16
1.5 Das Gruppenklassement	21
1.6 Stand der Literatur	27
2. Technikleitbilder	33
2.1 Sportliche Technik	33
2.1.1 Technikleitbild, sportliche Bewegung und Bewegungsstruktur	34
2.2 Gleichgewichtselemente	41
2.2.1 Technikbeschreibung der Ballenstandwaage in Spagatposition	46
2.3 Beweglichkeitselemente	50
2.3.1 Technikbeschreibung der Rotation in Penché	53
3. Ziel- und Fragestellung	57
3.1 Zielstellungen	57
3.2 Fragestellungen und Hypothesen	58
4 Methodik	61
4.1 Allgemeines	61
4.2 Methoden	62
4.2.1 Wettkampfanalyse mit SIMI Scout	62
4.2.2 Biomechanische Analyse mit SIMI Motion	73
5. Wettkampfanalyse	79
5.1 Disziplin mit Reifen	80
5.1.1 Datendarstellung	80
5.1.1.1 <i>Allgemeine Indikatoren der Leistung</i>	80
5.1.1.2 <i>Ausgeführte körpertechnische Elemente</i>	82
5.1.1.3 <i>Geplante Schwierigkeitsgrade (Soll-Werte)</i>	83
5.1.1.4 <i>Gerätetechniken</i>	85
5.1.1.5 <i>Geplante Bonuspunkte (Soll-Werte)</i>	88
5.1.1.6 <i>Lauf- und Gerätewege</i>	89
5.1.1.7 <i>Synchronität</i>	91
5.1.2 Leistungsbestimmende Parameter 2009/2010	97
5.1.3 Ähnlichkeiten (bzw. Distanzen) zwischen den Weltspitzenmannschaften	104
5.2 Disziplin mit Bändern und Seilen	110
5.2.1 Datendarstellung	110
5.2.1.1 <i>Allgemeine Indikatoren der Leistung</i>	110
5.2.1.2 <i>Ausgeführte körpertechnische Elemente</i>	111

5.2.1.3 Geplante Schwierigkeitsgrade (Soll-Werte)	113
5.2.1.4 Gerätetechniken	114
5.2.1.5 Geplante Bonuspunkte (Soll-Werte)	117
5.2.1.6 Lauf- und Gerätewege	118
5.2.1.7 Synchronität	120
5.2.2 Leistungsbestimmende Parameter 2009 / 2010	126
5.2.3 Ähnlichkeiten (bzw. Distanzen) zwischen den Weltspitzenmannschaften	131
6 Technikanalyse	135
6.1 Ballenstandwaage in Spagatposition (Gleichgewichtselement)	135
6.1.1 Kinematische Charakterisierung	135
6.1.2 Darstellung der individuellen Leistungsentwicklung	140
6.1.2.1 <i>Gymnastin A</i>	140
6.1.2.2 <i>Gymnastin B</i>	143
6.1.2.3 <i>Gymnastin C</i>	145
6.1.3 Darstellung der Leistungsentwicklung der Gruppe	147
6.1.4 Vergleich der Gruppe mit dem technischen Leitbild	150
6.1.5 Beiträge der einzelnen Gymnastinnen in der Ausführung der Ballenstandwaage in Spagatposition im Wettkampf	153
6.2 Rotation in Penché (Beweglichkeitselement)	155
6.2.1 Kinematische Charakterisierung	155
6.2.2 Darstellung der individuellen Leistungsentwicklung	160
6.2.2.1 <i>Gymnastin A</i>	160
6.2.2.2 <i>Gymnastin B</i>	162
6.2.2.3 <i>Gymnastin C</i>	165
6.2.3 Darstellung der Leistungsentwicklung der Gruppe	169
6.2.4 Vergleich der Gruppe mit dem technischen Leitbild	170
6.2.5 Beiträge der einzelnen Gymnastinnen in der Ausführung der Rotation in Penché im Wettkampf	173
7 Diskussion und Zusammenfassung	175
7.1 Bestimmung der internationalen Leistungsniveau 2009 / 2010	175
7.2 Bestimmung der Leistung der deutschen Mannschaft und ihre Einordnung im internationalen Vergleich	180
7.3 Bestimmung der technischen Leitbildes zwei Körpertechniken	186
7.4 Bestimmung der individuellen Leistung der deutschen Gymnastinnen und Vergleich mit dem Leitbild	189
8 Schlussfolgerungen	199
8.1 Methodenkritische Bemerkungen	199
8.2 Vorschläge für zukünftige Recherchen	201
8.3 Schlussfolgerung	203
Literaturverzeichnis	205
Anhang 1	i
Anhang 2	xi
Anhang 3	xv