

<b>Gliederung</b>	1
<b>Abkürzungen</b>	I
<b>Verzeichnis der Abbildungen und Tabellen</b>	III
<b>Einleitung</b>	1
<b>Problemdarstellung</b>	5
<b>1. Die Rhythmische Sportgymnastik</b>	7
1.1 Allgemeines	7
1.2 Leistungskennzeichnende Merkmale	7
1.3 Die Wettkampföbung	10
1.4 Leistungsvoraussetzende Merkmale	16
1.5 Das Gruppenklassement	21
1.6 Stand der Literatur	27
<b>2. Technikleitbilder</b>	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
<b>3. Ziel- und Fragestellung</b>	57
3.1 Zielstellungen	57
3.2 Fragestellungen und Hypothesen	58
<b>4 Methodik</b>	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
<b>5. Wettkampfanalyse</b>	79
5.1 Disziplin mit Reifen	80
5.1.1 Datendarstellung	80
5.1.1.1 Allgemeine Indikatoren der Leistung	80
5.1.1.2 Ausgeführte körpertechnische Elemente	82
5.1.1.3 Geplante Schwierigkeitsgrade (Soll-Werte)	83
5.1.1.4 Gerättechniken	85
5.1.1.5 Geplante Bonuspunkte (Soll-Werte)	88
5.1.1.6 Lauf- und Gerätwege	89
5.1.1.7 Synchronität	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 Allgemeine Indikatoren der Leistung	110
5.2.1.2 Ausgeführte körpertechnische Elemente	111

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