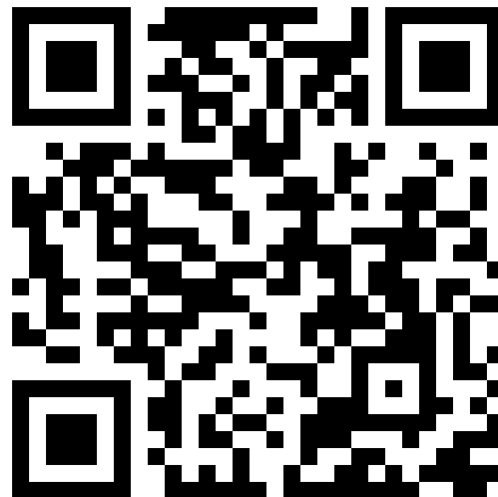


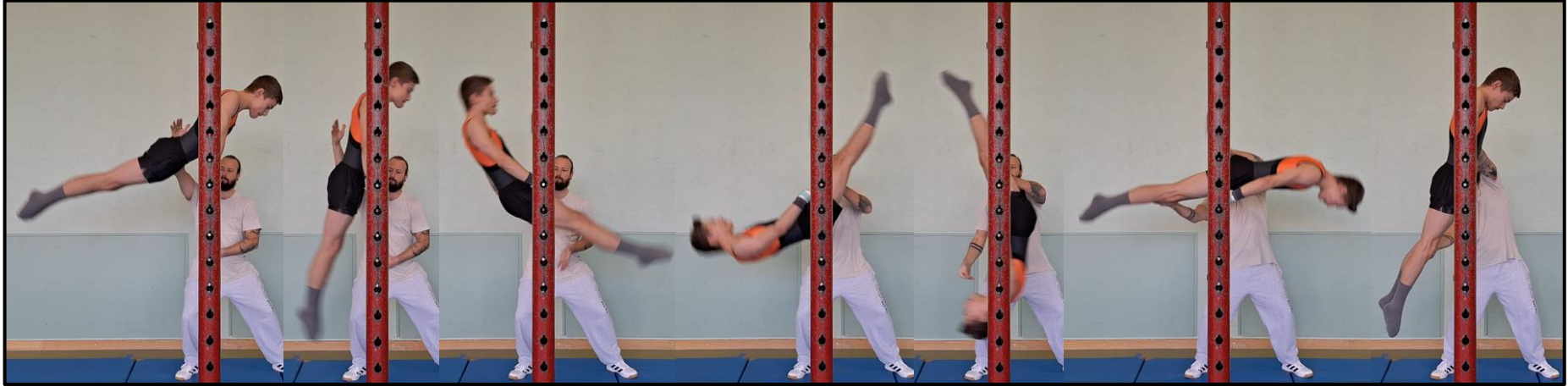
# Überspreizen



# Felgaufschwung



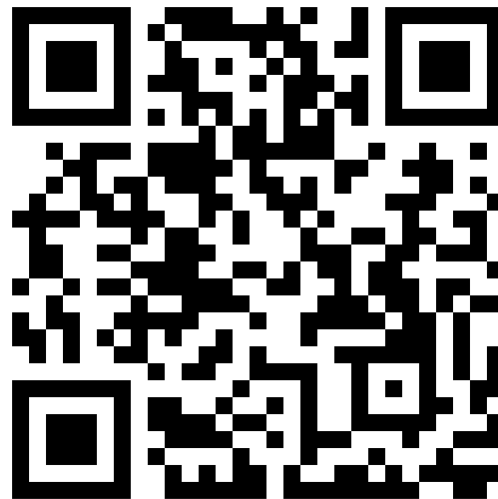
# Felgumschwung



# Unterschwung zum Niedersprung



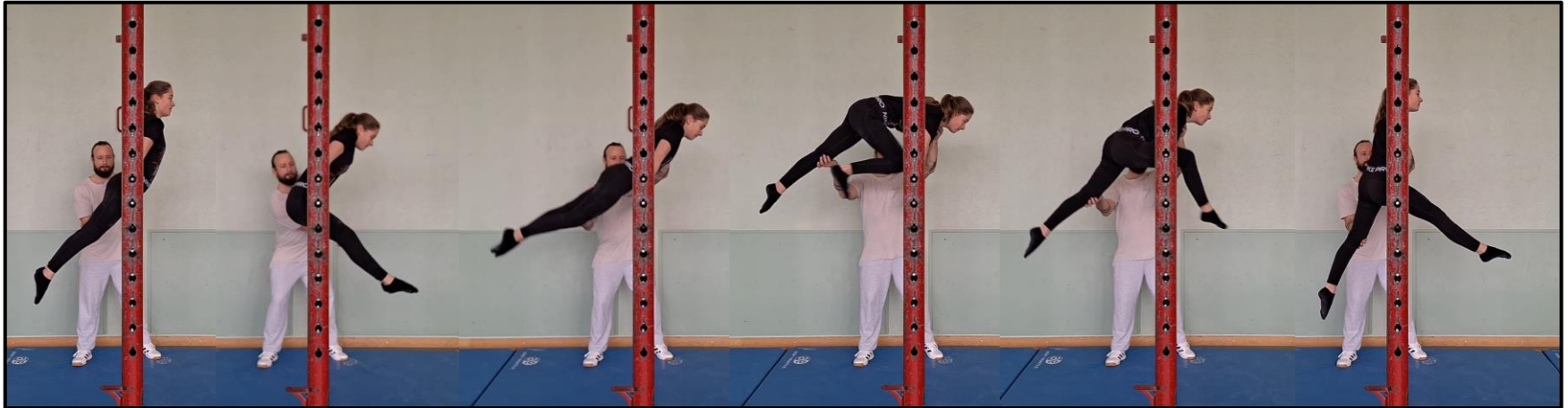
# Knieabschwung und -aufschwung



# Felge vorwärts gehockt



# durchhocken zum Spreizsit



# Sitzumschwung





# Mühlumschwung

