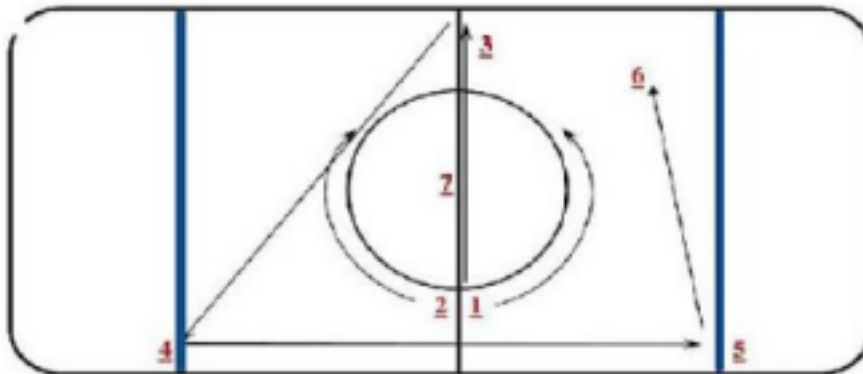


Sternliparcours 1

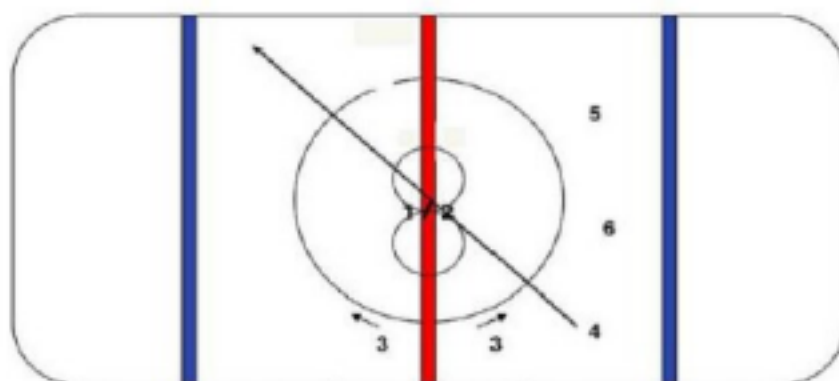


Legende:

- | | |
|---------------------------|--|
| von 1 zu 2 und von 2 zu 1 | beidseitig vorwärts im Kreis übersetzen |
| von 1 zu 3 | Storch |
| von 3 zu 4 | Hocke (Päckli) |
| von 4 zu 5 | Flugi |
| von 5 zu 6 | Dreiersprung mit Landung auf einem oder beiden Füßen |
| 7 | Standpirouette |

7./8. März 2026

Sternliparcours 2

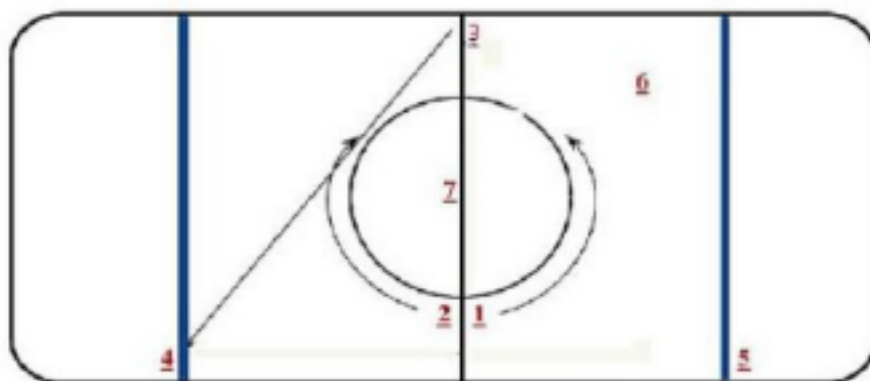


Legende:

- | | |
|--|--|
| <p>von 1 zu 2</p> <p>von 2 zu 1</p> <p>von 1 zu 2</p> <p>3</p> <p>von 4 und zurück</p> <p>5</p> <p>6</p> | <p>1 Abstoss und 1 Chassé, gefolgt von va Bogen
 L und R in Achterform</p> <p>ve Bogen in Achterform</p> <p>wv Übersetzen L und R in Achterform</p> <p>rw Übersetzen L und R</p> <p>Flugl rw oder wv R und L</p> <p>Dreiersprung von einem Bein auf ein Bein
 mit Einlauf</p> <p>Standpirouette auf einem Fuss (Einlauf individuell)</p> |
|--|--|

7./8. März 2026

Sternliparcours 3



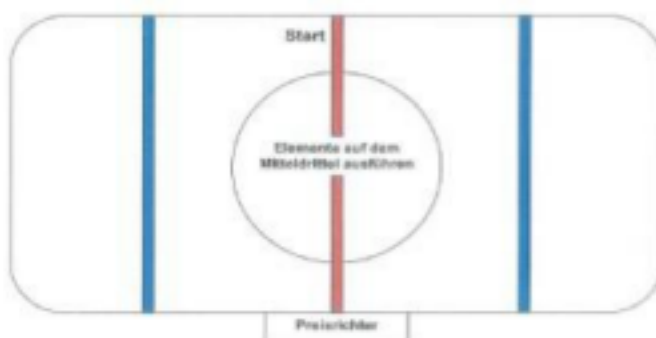
Legende:

von 1 zu 2
von 2 zu 1
von 1 zu 2
von 3 zu 4
5
6

aw Dreier (Seite frei wählbar)
ew Dreier (Seite frei wählbar)
Mohawkschritt vom 3. Sternlitest (Seite frei wählbar)
Flugi R oder L
Salchow mit Einlauf
Standpirouette oder Sitzpirouette mit Einlauf

7./8. März 2026

Sternliparcours 4



Legende:

- | | |
|---|-----------------------------------|
| 1 | Salchow |
| 2 | Rittberger |
| 3 | Flip |
| 4 | Kreisschritt mit va und ve Dreiem |
| 5 | Standpirouette |
| 6 | Sitzpirouette |



34. Ambassadoren-Cup Sternliparcours

7./8. März 2026

Parcours für Jugendliche und Erwachsene ab 14 Jahren