

Kurz-Name des Tricks	Ausführliche Bezeichnung	Bild des Tricks
	<b>Duo-Figuren</b>	
<a href="#">Stuhl</a>	2er Stehen O auf Schenkeln U in Stuhlposition zueinander	
Schulterstand / Bolk	2er Schulterstand O auf Händen U liegend	
Flieger	2er Flieger O auf Füßen U liegend	
Galionsfigur	2er Stehen O in Blickrichtung auf U in Stuhlposition	
Schenkelstand	2er Stehen O in Blickrichtung hinten auf Schenkeln U in Stuhlposition	
2-Mensch-hoch/ Stehen auf Schultern	2er Stehen O auf Schultern U sitzend	
Skorpion/ Z	2er Stütz 2 Hände O auf Kniee U liegend und U stützt 1 Knie O mit 2 Händen	
Schulterstand auf Bank / Bankbolk	2er Schulterstand O auf Rücken U in Bankposition	
Fahne	2er Stehen O auf Stuhl U und eingehängt mit 1 Fuß O an Nacken U	
Flieger frei	2er Flieger O auf Füßen U liegend frei	
Rückwärts Flieger hängend / Schwalbe	2er Rückwärts Flieger O hängend auf Füßen U liegend	
Hoher Rückwärts Flieger hängend (Schwalbe) einarmig	2er Hoher Rückwärts Flieger O hängend auf 1 Hand U stehend	
Schulterstand (Bolk) halb frei	2er Schulterstand O auf Händen U liegend, O Dreiecks-Griff an Armen U	
Schulterstand (Bolk) halb frei einarmig gehalten	2er Schulterstand O 1 Schulter auf 1 Hand U liegend halb frei	
Schulterstand auf Füßen / Fuß-Bolk	2er Schulterstand O auf Füßen U liegend	
Hoher Flieger	2er Flieger O frei auf Händen U stehend	

2 Mensch hoch/ Stehen auf Schultern	2er Stehen O auf Schultern U stehend	
Stehen auf Füßen	2er Stehen O in Füßen U liegend	
Sitz/ Thron	2er Sitz O auf Füßen U liegend zueinander	
<u>Gegen-Sitz / -Thron</u>	2er Sitz O auf Füßen U liegend gleiche Blickrichtung	
Stehen in Händen	2er Stehen O in Händen U Liegend gestreckte Arme U	
Gegen-Schulterstand auf Füßen / Wadenbeißer	2er Gegen-Schulterstand O auf U liegend Griff an Beinen	
Hocke auf Hocke	2er Gehockter Stand O auf Schultern von gehocktem Stand U	
Hohes Stehen in Händen	2er Stehen mit Füßen O in Händen U stehend (langarm)	
Kniestand (Maria) auf Füßen	2er Kniestand O auf Füßen U liegend	
Halbmond/ Bogen in Flieger	2er Halbmond-Flieger O auf Füßen U liegend	
Baby / Wiege	2er O auf beiden Armen U – Start- bzw. Endposition von Figurenfolgen	
Arabesque	2er Einbeinig in Arabesque stehen O mit Fuß auf Schulter U stehend zueinander	

Ballerina/ Sektglas	2er Einbeiniges Stehen mit gestrecktem abgespreiztem Bein O auf Schultern U stehend	
Ballerina/ Sektglas im Stehen in Händen	2er Einbeiniges Stehen mit gestrecktem abgespreiztem Bein O in Händen U stehend in Blickrichtung	
Hohes Krokodil	2er Krokodil O auf 1 Arm U stehend	
Krokodil auf Brücke	2er Krokodil O auf Hüfte U in Brücke	
Körperwaage	2er Rausgelehnter Schulterstand O auf Schenkeln U gehalten an Armen O	
Kleiderbügel/ Buddha	2er O hängt gegrätscht über Kopf mit Schenkeln auf Füßen U liegend	
Dreieck	2er Arm-Bein-Dreieck O mit Oberarmen O auf Händen U liegend	
Hoher Handknoten	2er Handstand im Handknoten O auf 1 Hand U stehend	
Längsspagat auf 1 Bein	2er Längsspagat O auf 1 Fuß U liegend	
Hoher Längsspagat	2er Hoher Längsspagat O auf 1 Hand U stehend	
Bein-Arm-Ring auf Schenkel	2er Bein-Arm-Ring O steht auf Schenkel U	
Hoher Stern / Schmetterling	2er Stern (Seitlage gegrätscht) O mit Hüfte auf Hand U stehend und Hand O gestützt auf Schulter	

Hoher Flambeau	2er Flambeau O gehalten an Oberschenkel O einarmig von U stehend	
Hoher Surfer/ Schwan / Rehsprung	2er O in Rehsprung gehalten von U stehend an beiden Oberschenkeln O	
Stern	2er Stern (Seitlage gegrätscht) O auf 1 Fuß U liegend	
Stütz	2er Stütz O auf Händen U liegend	
Doppel Spinne / Spinne auf Spinne	2er Spinne mit Händen O auf Schultern von Spinne U	
HandinHand	2er Handstand O in Händen U liegend	
Hoher HandinHand mit Kontorsion	2er Handstand O in Händen U stehend mit O in Brücken-Kontorsion	
<a href="#">Hoher Skorpion/ Hohes Z</a>	2er Stütz 2 Hände O auf Schultern U stehend und U stützt 1 Knie von O	
Hohes Brett	2er Brett (Seitlage gestreckt) O auf Händen U stehend	
Hoher Handstand auf Schultern halb frei	2er O macht Handstand auf Schultern U gehalten an 1 Arm von Arm U	
Hohe Grätsche	2er Seitspagat O gehalten von Händen U unter Achseln O	
Schulter Flieger	2er Flieger O mit Hüfte auf Schulter U	

<b>Trio-Figuren</b>		
Stehen auf Hüfte	3er Stehen O auf Hüfte von U im gebeugten Stand	
Gehaltener Liegestütz	3er Liegestütz O auf Schultern U1, Füße O gehalten v U2	
3er Yoga-Sitze	3er Yogasitze O1 und O2 auf Händen und Füßen U liegend gleiche Blickrichtung	
Flieger mit Gepäck/ Pilot	3er O steht auf Hüfte M in Flieger auf U liegend	
Flieger mit Schulterstand	3er Schulterstand O zwischen Beinen M in Flieger auf U liegend	
3-Mensch-hoch	3er O steht auf Schultern M steht auf Schultern U	
Zweieinhalbhoch	3er O steht auf Schultern M steht in Galionsfigur auf U in Stuhlposition	
Spinnen Pyramide mit wechselnder Blickrichtung	3er Spinne O auf 2 U in Spinnenposition andere Blickrichtung	
Hoher Seitspagat auf Händen	3er Seitspagat O auf Händen O Langarm stehend	
Schulterstand V	3er 2 Schulterstände auf Händen und Füßen U, Os zueinander	
Bremer Stadtmusikanten	Bank O auf Bank M auf Bank U gleiche Blickrichtung	

<b>PYRAMIDEN</b>		
Tischpyramide	Nach erster Bankreihe stehen alle nach vorne gebeugt (Tischposition) auf vorletzter Reihe auf Hüfte; Hände auf Schultern letzte Reihe	
Bank Pyramide	Bänke übereinander, jede höhere Reihe 1 Person weniger als die letzte Reihe	
Stütz Pyramide mehrstöckig	5er Liegestütze O stützt sich auf Liegestütze M auf Liegestütze U übereinander; Beine werden außen gehalten	
Stütz Pyramide	6er 2 O in Liegestützen stützen sich auf 2 Stehende U und Beine O gehalten durch 2 U	
Schachtel / Pagoden Pyramide	2 Bänke, dann Tische immer Kopf gegenüber stapeln, Tische stehen auf Hüften	
Schmale Schachtel/ Pagoden Pyramide	Zuerst 1 Bank, dann (fast) beliebig oft Tische mit Kopf zueinander darüber auf Hüfte der unteren stehend	
Tor / Fachwerk Pyramide	Zuerst Bänke, dann in abwechselnder Richtung Tische auf Hüfte der unteren stehen	
Ausfallschritt auf Bankpyramide	5er Ausfallschritte der Os auf 3er Bankpyramide quer	

#### Begriffsklärung:

- In ausführlicher Bezeichnung immer Anzahl der AkrobatInnen/ Position des/ der Unteren U (Liegend/ Stehend/ Bauchlage/ Gehend/ Sonstiges)/ evtl. Position der Mitte M/ Position des/ der Oberen O/ Kontakt Punkt
- Rolle im Duo: U für Unter, O für Ober oder Base für Basis und Flyer für gehaltene/n Akrobat/in
- Position eines Duos: Zueinander oder in gleiche Blickrichtung
  - o Andere Begriffsmöglichkeit F2F (Face to Face) oder Unterscheidung in gleiche bzw. andere Blickrichtung

	<b>Weitere Figuren</b>	
Längsspagat über Kopf in Füßen	2er Längsspagat O im Schulterstand in Füßen U liegend	

Noch einarbeiten:

- Einheitlich Fahne, Krokodil, Brett, Flambeau, Hocke
- Flieger/ Vogel/ Flugzeug
- Spinne? Gibt es noch anderen Begriff?
- **Wiege oder Baby**
- **Feine Dame**
- Schwalbe oder Gefallener Engel?
- **Längsspagat hinter Rücken/ Nadel**
- **Hoher Grätsch**
- **Schulterflieger**
- **Arabesque**