	3er	4er
	Phase 2	
Angriff 1	2	2
2	3	2
3	4	3
4	6	5
Zusatzangriff	8	6
6		8
7		10

	5er	
	Phase 2	
1	2	
2	2	
3	2	
4	3	
5	3	
6	4	
7	6	
8	8	
9	9	
10	12	

Intermittenz & Durchbruch		
	Phase 3	
1		3
2		5
3		7

Swingwave & Abbruch		
	Phase 3	
1		2
2		3
3		4

Absicherung		
	Die Ersten Vier	
1	2	
2	2	
3	2	
4	3	
5	3	
6	4	
7	5	
8	6	
9	7	
10	8	
11	9	
12	10	