

SUOLO

Gruppo	A - 0.10	B - 0.20	C - 0.30	D - 0.40	E - 0.50	F - 0.60
1	Candela - 2"	Tenuta gamba tesa laterale 90° - 2"	Orizzontale prona - 2"	Orizzontale costale - 2"	Squadra con gambe verticali - 2"	Cap. av. + verticale di impostazione + cap. av.
	Squadra equilibrata - 2"			Squadra unita o divaricata - 2"	Verticale d'impostazione e capovolta avanti	Verticale d'impostazione - 2"
	Tenuta gamba tesa avanti 90° - 2"					
2	Da seduti, flessione av. Del busto a gambe unite o div. - 2"	Staccata sagittale - 2"	Ponte - 2"	Staccata frontale - 2"	/	/
3	Capovolta avanti	Capovolta avanti Saltata	Tuffo	Capovolta av. + verticale gambe unite e flesse	Capovolta av. + verticale gambe divaricate e tese	Capovolta av. + verticale gambe unite e tese
4	Capovolta dietro a gambe divaricate	Capovolta dietro a gambe unite e tese	Capovolta dietro alla verticale	Capovolta dietro alla verticale braccia tese	Capovolta dietro alla verticale + cambio 180°	Capovolta dietro alla verticale + cambio 360°
5	Verticale di passaggio	Verticale e capovolta avanti	Verticale + cambio 180°	Verticale e ponte - 2" Dalla verticale Healy con arrivo corpo proteso avanti, anche in appoggio su una gamba piegata	Verticale + cambio 360°	Verticale + cambio 360° e capovolta avanti
6	Pennello raccolto	Sforbiciata	Salto carpiato divaricato	Da corpo proteso dietro, saltare in avanti a gambe divaricate all'appoggio dorsale	/	/
	Pennello 180°	Pennello 360°				
7	/	Premulinello	Premulinello ds. + premulinello sn.	½ mulinello	Premulinello alla verticale di passaggio	1 mulinello unito o divaricato
8	Ruota	Ruota su una mano	Rondata con ¼ di giro esterno	/	Ruota senza mani	/
		Rondata				
9	/	/	Ribaltata 1	Ribaltata 1 + ribaltata 2	Ribaltata + flic flac avanti	Salto giro avanti teso
			Ribaltata 2	Flic flac avanti	Ribaltata + salto giro avanti	Salto giro avanti con ½ avvitamento
			Kippe sulla fronte	Salto giro avanti	Salto giro av. smezzato + Rondata	Salto giro avanti + flic flac avanti
						Salto giro avanti + salto giro avanti
						Salto giro avanti smezzato + ribaltata
						Flic flac avanti + salto giro avanti
10	/	/	Flic flac dietro	2 flic flac dietro	Flic flac dietro + salto giro raccolto	Flic flac dietro + salto giro teso o carpiato
				Salto tempo		Salto tempo + flic flac dietro
				Salto giro dietro raccolto	Salto giro dietro carpiato	Twist
						Salto giro dietro teso
						Salto giro dietro con ½ o 1 avvitamento
Cat.	Pulcini					
	Giovanissimi					
	Allievi					
	Junior					
	Senior					