

JOUKKUEVOIMISTELUN ARVIOINNIN LIIKEMERKKEJÄ

- >TAIVUTUS 
- >VAUHTIHEITTO 
- >PYSTYRENTOUS 
- >SYÖKSY 
- >KALLISTUS 
- >AALTOLIIKE SIVULLE 
- >AALTOLIIKE ETEEN T. TAAKSE 
- >KIERTO 
- >KOONTO 
- >KUPERKEIKKA TAI KIERÄHDYS 
- >NOJALIIKE 
- >NISKASEISONTA 
- >KÄRRYNPYÖRÄ 
- >ASKELSARJA (x) 
- >RYTMIN VAIHDOS 
- >TASAPAINOLIIKE 
- >PIRUETTI 
- >KÄSILIIKE 
- >JALKALIIKE 
- MUU LIIKE: rintaseisonta 
- illuusio 

LIIKE LATTIATASOSSA



HYPYT:

>HYPYN YLEINEN MERKKI 

POLVENNOSTOHYPY
 TAI VARSAHYPY 

HARPPAUS 

KAURISHYPY 

SAKSI- TAI NÄPÄYSHYPY 

X-HYPY 

JÄNNEHYPY 

KÄÄNTYVÄ HYPY (yleensä) 

VIPUHYPY 

VALSSIHYPY 

RENGASHYPY 

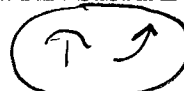
(x) VAIHTOEHTOJA ASKELSARJAT/HYPPELYT

lyhyt

pitkä



>YHISTELMÄT/SARJAT MERKITÄÄN YMPYRÄN SISÄÄN

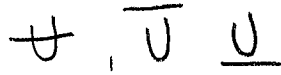


> - merkityt merkit ns pakollisia

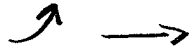
VÄLINEIDEN LIKEMERKIT

NARU

hyppelyt narun läpi tai yli



heilautukset tai viennit



pyöriytykset tai kahdeksikot



PALLO

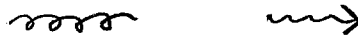
heitot ja kiinniotot



pomputukset



vieritykset



viennit tai heilautukset



ympyrät tai kahdeksikot



käännöt, kierrot tai pyöräytykset

VANNE

heilautukset, viennit



pyöriytykset, kahdeksikot



käännöt akselin ympäri



vieritykset vartalolla tai lattialla



heitot ja kiinniotot



liikkeet vanteen läpi tai yli

