

Trampoliinivoimistelun kilpailukortti 2. luokka

Nimi:

Ikäsarja:

Nuoremmat

Vanhemmat

Seura:

Tytöt

Pojat

1. SARJA

Asento

Muutokset

1	1- (hyppy vatsalleen)				
2	1- (vatsalta hyppy seisomaan)				
3	--	V			
4	-1 (puolikierrehyppy)				
5	-- (hyppy istumaan)				
6	-1 (puolikierrehyppy seisomaan)				
7	--	<			
8	-2 (kokokierrehyppy)				
9	--	0			
10	4- (merkitse asento!)				

2. SARJA

Asento

VA

Muutokset

1	1- (hyppy selälleen)		0,1		
2	1- (selältä ½ hyppy seisomaan)		0,2		
3	--	V	0,1		
4	-1 (puolikierrehyppy)		0,1		
5	-- (hyppy istumaan)		0,1		
6	-1 (puolikierrehyppy seisomaan)		0,1		
7	--	<	0,1		
8	-2 (kokokierrehyppy)		0,2		
9	--	0	0,1		
10	4- (merkitse asento!)				
Vaikeusaste yht.				Vaikeusaste	

Vaikeusastetuomari tarkastanut