SUOMEN VOIMISTELULIITTO

TV
8-12 v. harrastesarja

		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
YKSITTÄISET VARTALONLIIKKEET JA VARTALOSARJAT											
1x aalto	0.3										
1x vauhtiheitto	0.3										
1x kierto	0.2										
1x syöksy/kallistus	0.2										
1x A-vartalosarja	0.3										
1x B-vartalosarja	0.4										
Vartalot yhteensä max.	**1.7**										
TASAPAINOT											
1x Tasapaino	0.2										
1x Tasapainosarja	0.3										
Tasapainot yhteensä max.	**0.5**										
HYPYT											
1x Hyppy	0.2										
1x Hyppysarja	0.3										
Hypyt yhteensä max.	**0.5**										
ASKELSARJAT JA HYPPELYT											
1x askelsarja sisältäen rytminvaihdoksen TAI yhdistettynä muuhun liikesukuun	0.3										
Askelsarjat yhteensä max.	**0.3**										
AKROBATIALIIKKEET											
1x akrobatialiike	0.2										
Akrobatialiikkeet yhteensä max.	**0.2**										
LIIKKUVUUSLIIKKEET											
2x valinnaista liikkuvuusliikettä (oikea / vasen / sivu / ranka)	0.1 / liike										
Liikkuvuusliikkeet yhteensä max.	**0.2**										
KAHDEN ERI LIIKESUVUN YHDISTELMÄT											
1x A/B-vartalosarja (0.3/0.4) + hyppy/tasapaino (0.2) TAI hyppy/tasapaino (0.2) + A/B-vartalosarja (0.3/0.4)	0.5-0.6										
Yhdistelmät yhteensä max.	**0.6**										
PISTEET YHTEENSÄ MAX.	**4.0**										