

Geboorte jaar 2001 of eerder

Niveau D

Trampoline

1. Hoeksprong
2. Streksprong hele draai
3. Salto gehurkt voorover
4. Keuze

Kast met Trampoline

1. B- Spreidsprong
2. B- Salto gehurkt
3. L- Arabier
4. L- Keuze

Lange mat

- Handstanddoorrol-radslag-zweefrol-terug arabier kaats

Verhoogd vlak (60 cm) 2 dikke matten met plankoline

1. Radslag
2. Handstand platvallen
3. Arabier
4. Keuze

Airtumbling

- Aanloop(loop) overslag-handstanddoorrollen-aanloop salto voorover-radslag