

Geboorte jaar 2002 en 2003

Niveau D

Trampoline

1. Spreidhoeksprong
2. Hoeksprong
3. Streksprong $\frac{1}{2}$ draai
4. Keuze

Kast met Trampoline

1. B- Hurksprong
2. B-Spreidsprong
3. L-Koprol
4. L-Keuze

Lange mat

- (Handstand terug tot stand en losse rol voorover-radslag-kattesprong streksprong $\frac{1}{2}$ draai-arabier tot stand

Verhoogd vlak (60 cm) 2 dikke matten met plankoline

1. Koprol
2. Los ophurken tot stand –radslag
3. Handstand plat vallen
4. Keuze

Airtumbling

- Arabier-streksprong $\frac{1}{2}$ draai-radslag-aanloop (loop) overslag