

Geboorte jaar 2006 en 2007

Niveau F

Trampoline

1. Streksprong
2. Hurksprong
3. Spreidsprong
4. Keuze

Kast met Trampoline (hele kast)

1. B-Ophurken –Streksprong af
2. B-Ophurken- Hurksprong
3. L-Ophurken stap spreidsprong af
4. L-Keuze

Lange mat

- Koprol voorover streksprong-losse rol voorover, halve draai
- Rol achterover tot kaars en terug tot hurkzit streksprong tot stand

Verhoogd landingsvlak 2 dikke matten 60 cm

1. Los ophurken tot stand-streksprong
2. Los ophurken tot stand-hurksprong
3. Los ophurken tot stand-koprol
4. Keuze

Airtumbling

- Hurksprong-spreidsprong-streksprong halve draai-rol voorover en streksprong