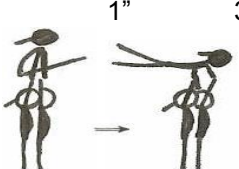



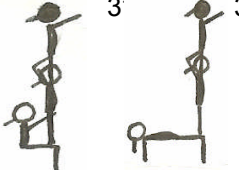

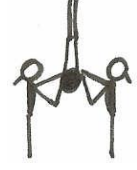



# Serdülő II. korcsoport

Támasztott kézállás: csak nyújtott, zárt lábbal hajtható végre!


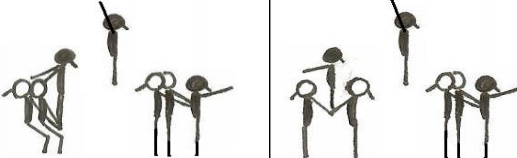


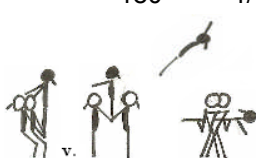


Ülőtartás: terpesz és zárt lábas is végrehajtható, de csak nyújtott lábbal!

Leány hármas / statikus elemek			
A	 3"	 3"	 3"
	 1" 3"		
B	 3"	 3"	 3"
	 + 0,1 3" 3"		
C	 3"	 3"	 3"
	 + 0,1 3"		

+ 1 szabadon választott elem

3 egyéni elem (ebből 1 hajlékonysági, 1 egyensúlyi és 1 mozgásos (agiliti) elem az I. kat.-ból)

+ 1 koreográfikus elem az I. kategóriából

Leány hármas / dinamikus elemek			
A	 360°		
B			
C	 1/4	 1/4	 180° 1/4
	 180° 1/4		
D	 2/4		

+ 1 szabadon választott 3/4, vagy 4/4 szaltós társas elem, amely + 0,1 pontot ér.

2 egyéni elem (II. kategóriájú) + 1 koreográfikus elem a II. kategóriából