

Difficultés ou paragraphes cotés

Sol Aînés-Jeunesses	1er degré	2e degré	3e degré	4e degré	5e degré
	valeur	valeur	valeur	valeur	valeur
Roulade AV	1,00				
Placement dos (par extension des jbes, élever le bassin, jbes tendues, pieds pointées au sol)	1,00				
Chandelle (0,50) culbuto (0,50) chandelle (0,50)	1,50				
Pas chassées	0,50				
Roue		1,00			
Roulade AV placement dos (roulade AV (0,50) placement du dos (0,50))		1,00			
Roulade AR		1,00			
Saut en progression (0,50) + saut vertical 1/2 tour (0,50)		1,00			
Saut antéro-postérieur		1,00			
Pont ou équerre			1,00		
Rondade			1,00		
Roulade AR			1,00		
Roulade AV élevée placement du dos ATR (roulade AV (0,50) placement du dos groupé ou écarté (0,50) développer à l'ATR (0,50))			1,50		
1/2 tour plané			0,50		
ATR			1,00		
ATR valse 1/2 tour				1,50	
Rondade flip				1,50	
Saut enjambé (1,00) + saut vertical 1 tour (0,50)				1,50	
Souplesse AR ou roulade AR bras tendus à l'ATR				1,50	
Pivot 1 tour				1,00	
ATR valse 1 tour					1,00
Rondade flip flip ou Rondade flip salto AR groupé					1,50
Saut enjambé (0,50) + saut changement de jambes (1,00)					1,50
Saut de mains 2 pieds					1,50
Pivot 1 tour					0,50
Saut sissone (0,50) + Sans arrêt saut vertical (0,50)					1,00
Souplesse AR ou roulade AR bras tendus à l'ATR					1,00