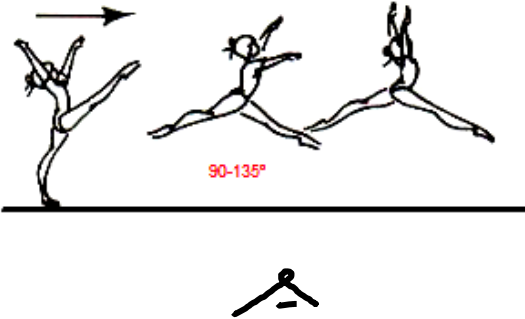
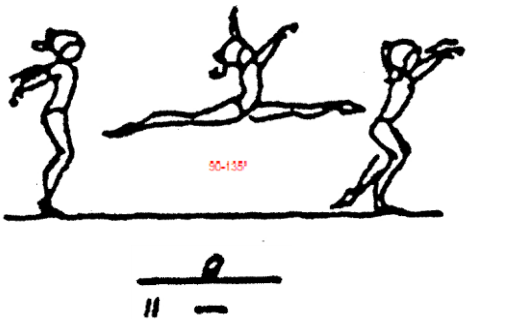
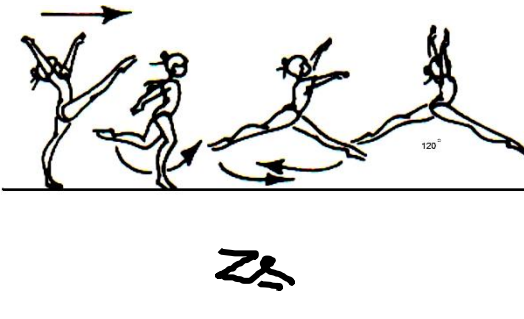
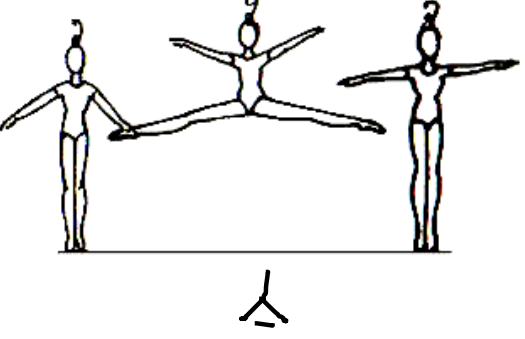
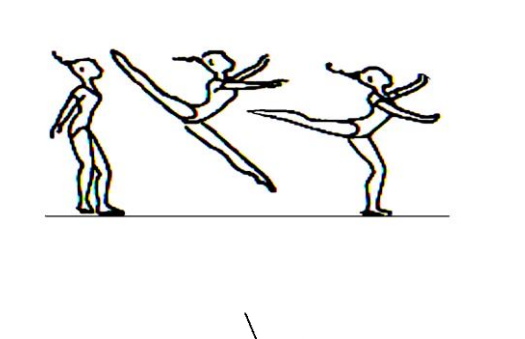
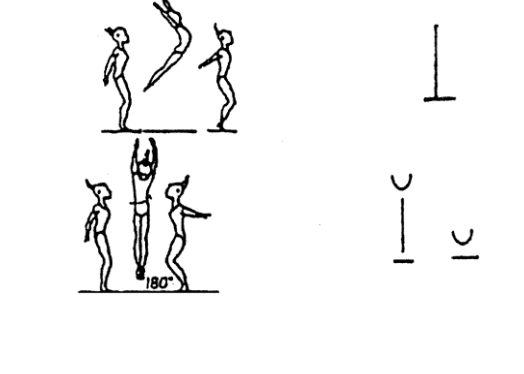


VLOER TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN

1.000 - GYMNASTISCHE SPRONGEN (TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA))

Sprongen met hetzelfde nummer en verschillende graden van draaien (1/2, 1/1, 1 1/2 - 180°, 360°, 540°) worden beschouwd als verschillende elementen

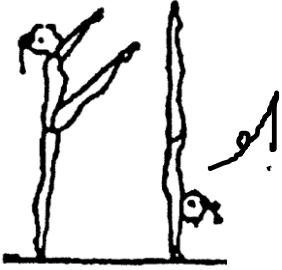
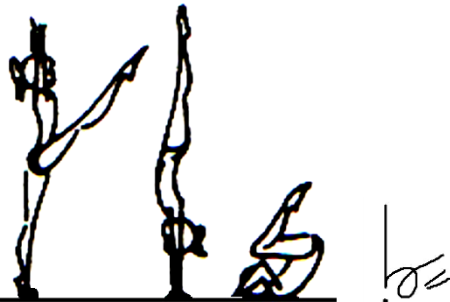




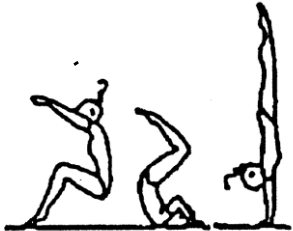

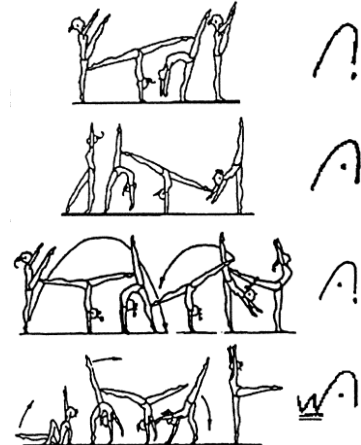
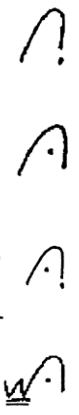
<p>1.001 Loopsprong voorwaarts (beenspreiding 90-135°)</p> 	<p>1.002 Loopsprong op de plaats (beenspreiding 90-135°)</p> 	<p>1.005 Wisselloopsprong (beenspreiding 90-135°)</p> 
<p>1.007 Spreidsprong met gestrekte heupen (beenspreiding 90-135°)</p> 	<p>1.009 Sissone (beenspreiding 90-135°)</p> 	<p>1.010 Streksprong, ook met 1/2 draai (180°)</p> 

1.000 - GYMNASTISCHE SPRONGEN (TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA))

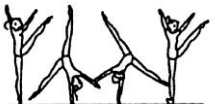

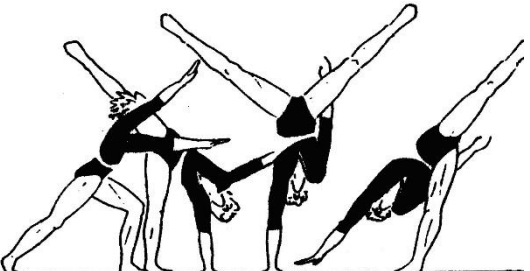
Sprongen met hetzelfde nummer en verschillende graden van draaien (1/2, 1/1, 1 1/2 - 180°, 360°, 540°) worden beschouwd als verschillende elementen

<p>1.011 Schaarsprong voorwaarts of achterwaarts met gestrekte benen</p>	<p>1.013 Hurksprong (benen gesloten), ook met 1/2 draai (180°) - afzet van een of beide benen</p>	
--	---	--

3.000 - ELEMENTEN MET STEUN VAN DE HANDEN (TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA))

<p>3.001 Zwaaien tot handstand, vluchtig of 1 seconde</p> 	<p>3.002 Handstanddoorrol</p> 	<p>3.002 Rol voorover of snelle rol voorover zonder handensteun</p>  
<p>3.003 Rol achterover</p>  	<p>3.003 Rol achterover tot handstand</p>  	<p>3.004 Langzame overslag voor- of achterover (alle variaties), ook vanuit hurkspreidzit –Valdez</p>  

3.000 - ELEMENTEN MET STEUN VAN DE HANDEN (TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA))

<p>3.006 Radslag met of zonder vluchtfase</p>  <p>X</p>  <p>X X X</p>	<p>3.006 Radslag op 1 arm</p>  <p>X</p>	
---	---	--