

Nivå 8 Hopp

Startnummer _____ Klass/pool _____



Lag _____

☐ Eurogym 28 (låg i framkant, Furuhäll/Landvetter) ☐ Dorado 32 (svart+vit)
☐ Dorado 36 (svart) ☐ Eurogym 36 (lite mjukare) ☐ Annan _____

Vinkel (när det är möjligt att ändra) ☐ 60 ☐ 65 ☐ 70 ☐ 75 ☐ 80

Varv 1

Förhöjd ansats ☐ Ja ☐ Nej

Landning ☐ Landning till fötter Mattberg: ☐ 90 cm ☐ 120 cm

Hoppredskap ☐ Ja ☐ Nej

☐ Mjukbord, höjd: _____ ☐ Hoppbord, höjd: _____ ☐ Plint, antal delar _____

Kraschmatta ☐ Ja ☐ Nej

Varv 2

Förhöjd ansats ☐ Ja ☐ Nej

Landning ☐ Landning till fötter Mattberg: ☐ 90 cm ☐ 120 cm

Hoppredskap ☐ Ja ☐ Nej

☐ Mjukbord, höjd: _____ ☐ Hoppbord, höjd: _____ ☐ Plint, antal delar: _____

Kraschmatta ☐ Ja ☐ Nej

Varv 3

Förhöjd ansats ☐ Ja ☐ Nej

Landning ☐ Landning till fötter Mattberg: ☐ 90 cm ☐ 120 cm

Hoppredskap ☐ Ja ☐ Nej

☐ Mjukbord, höjd: _____ ☐ Hoppbord, höjd: _____ ☐ Plint, antal delar _____

Kraschmatta ☐ Ja ☐ Nej

Nivå 8 Airfloor

Startnummer _____ Klass/pool _____



Lag _____

Varv 1

- ☐ Utan station
 - ☐ Station: 2 ansatsklossar på längden - tjockmatta (handstående fall)
 - ☐ Station: 2 ansatsklossar på längden på airfloor, landning på nedslagsbädden (rondat/handvolt)
-

Varv 2

- ☐ Utan station
 - ☐ Station: 2 ansatsklossar på längden - tjockmatta (handstående fall)
 - ☐ Station: 2 ansatsklossar på längden på airfloor, landning på nedslagsbädden (rondat/handvolt)
-

Varv 3

- ☐ Utan station
- ☐ Station: 2 ansatsklossar på längden - tjockmatta (handstående fall)
- ☐ Station: 2 ansatsklossar på längden på airfloor, landning på nedslagsbädden (rondat/handvolt)