

DLOUHÝ PROGRAM

TECHNICKÁ HODNOTA /TV/

Děti - kategorie 8–10 let, 10–12 let

0,0 – 6,0

	Max	1.	2.	3.	4.	5.
Pohyby těla						
1 vlna celého těla	0.2					
1 swing celého těla	0.2					
1 klon	0.2					
1 uvolnění	0.2					
1 výpad s oporou nebo bez opory	0.2					
1 rotace těla	0.2					
2 série pohybů těla obtížnosti A (á 0.3)	0.6					
1 série pohybů těla obtížnosti B	0.4					
Celkem	2.2					
Rovnováhy						
1 rovnováha	0.2					
1 rovnovážná kombinace	0.3					
Celkem	0.5					
Skoky a výskoky						
1 skok, výskok	0.2					
1 kombinace skoků, výskoků	0.3					
Celkem	0.5					
Pohyby paží						
2 různé série pohybů paží (á 0.2)	0.4					
Celkem	0.4					
Série kroků a poskoků						
3 různé série kroků a poskoků (á 0.3)	0.9					
Celkem	0.9					
Akrobatické prvky						
2 akrobatické prvky (á 0.2)	0.4					
Celkem	0.4					
Pohyblivost						
4 různé prvky pohyblivosti (á 0.1)	0.4					
Celkem	0.4					
Kombinované série						
2 rozdílné série (á 0.3)	0.6					
Celkem	0.6					
Bonus	0.1					
CELKOVÁ ZNÁMKA						