

# UTTAGSKRITERIER, BRUTTOTRUPP 2022

## Juniorer födda 2005-2007

### Fristående tjejer och killar

Svårigheterna i fristående ska filmas i en följd (utan klippning). Du hittar listan med respektive friständesvårigheter i separata dokument. Svårigheterna ska filmas i samma ordning som de står på listan. Snabbspola gärna mellan övningarna så att filmen blir lite kortare.

### Redskap, juniortjejer och juniorkillar

#### Tumbling

- Hel-start - Framåtvarv (Minst 180°) (Om man är ny på hel-start så går det bra med sträckt volt som start)
- Bakåt varv med dubbel pik salto
- Valfritt varv (3 eller 4 momentsvarv med annan slutvolt än i ovan två varv)

#### Trampett

- Överslag str 180°
- Dubbel str 180°
- Str Full Half
- eventuellt valfritt 4e var om man vill

**Redskapsvarven körs till semilandning eller tävlingslandning.** Om möjligt ser vi gärna att redskapsvarven körs i en följd utan klipp (för respektive redskap. Snabbspola mellan varven för att korta ner tiden på filmen.

## Seniorer födda 2004 eller tidigare

### Fristående dam och herr

Svårigheterna i fristående ska filmas i en följd (utan klippning). Du hittar listan med respektive friständesvårigheter i separata dokument. Svårigheterna ska filmas i samma ordning som de står på listan. Snabbspola gärna mellan övningarna så att filmen blir lite kortare.

### Redskap, seniordamer

#### Tumbling

- Hel-start - Framåtvarv (Minst 540°)
- Dubbel str salto (Minimum)
- Valfritt varv (3 eller 4 momentsvarv med annan slutvolt än i ovan två varv)

#### Trampett

- Överslag str 540°
- Str Full Half
- Dubbel str 900°

**Redskapsvarven körs till semilandning eller tävlingslandning.** Om möjligt ser vi gärna att redskapsvarven körs i en följd utan klipp (för respektive redskap. Snabbspola mellan varven för att korta ner tiden på filmen.

### Redskap, seniorherrar

#### Tumbling

- Hel-start - Framåtvarv (Minst Dubbel 180°) (Om man kör enklare startvolt men svårare slutvolt går detta också bra)
- Dubbel str salto 720° (Minimum)
- Valfritt varv (3 eller 4 momentsvarv med annan slutvolt än i ovan två varv)

#### Trampett

- Överslag str 900°
- Dubbel str 900°
- Trippel 180°
- Valfritt varv

**Redskapsvarven körs till semilandning eller tävlingslandning.** Om möjligt ser vi gärna att redskapsvarven körs i en följd utan klipp (för respektive redskap. Snabbspola mellan varven för att korta ner tiden på filmen.