

Nr	Namn								Poäng	
Kullerbytta med raka ben till sittande i pik	lyft benen och håll dem samlat-markera	dela ben till grensitt - överkropp mot golv-markera	rulla bakåt till skulder-stående och fram till huksittande	kullerbytta från huksittande till huksittande	benspark fram mot 90° (först ena benet sen andra benet).	gå 4 steg på tå	bakåt-kullerbytta till huksittande	rulla bakåt ner till rygg och tryck upp i brygga-markera	Fall	
									Slutpoäng	

Nr	Namn								Poäng	
Kullerbytta med raka ben till sittande i pik	lyft benen och håll dem samlat-markera	dela ben till grensitt - överkropp mot golv-markera	rulla bakåt till skulder-stående och fram till huksittande	kullerbytta från huksittande till huksittande	benspark fram mot 90° (först ena benet sen andra benet)	gå 4 steg på tå	bakåt-kullerbytta till huksittande	rulla bakåt ner till rygg och tryck upp i brygga-markera	Fall	
									Slutpoäng	

Nr	Namn								Poäng	
Kullerbytta med raka ben till sittande i pik	lyft benen och håll dem samlat-markera	dela ben till grensitt - överkropp mot golv-markera	rulla bakåt till skulder-stående och fram till huksittande	kullerbytta från huksittande till huksittande	benspark fram mot 90° (först ena benet sen andra benet)	gå 4 steg på tå	bakåt-kullerbytta till huksittande	rulla bakåt ner till rygg och tryck upp i brygga-markera	Fall	
									Slutpoäng	

Nr	Namn								Poäng	
Kullerbytta med raka ben till sittande i pik	lyft benen och håll dem samlat-markera	dela ben till grensitt - överkropp mot golv-markera	rulla bakåt till skulder-stående och fram till huksittande	kullerbytta från huksittande till huksittande	benspark fram mot 90° (först ena benet sen andra benet)	gå 4 steg på tå	bakåt-kullerbytta till huksittande	rulla bakåt ner till rygg och tryck upp i brygga-markera	Fall	
									Slutpoäng	