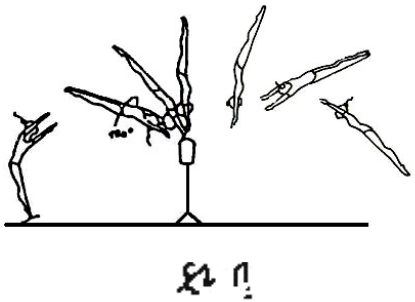
SPRONG

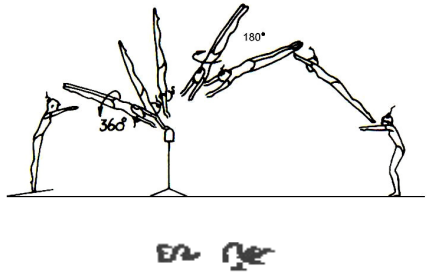
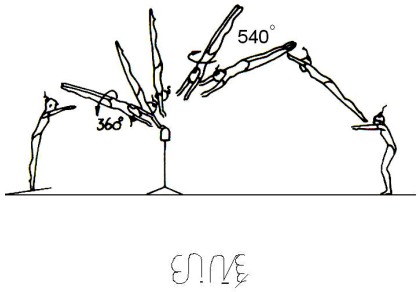
TOEGEVOEGDE A - ELEMENTEN

Februari 2011

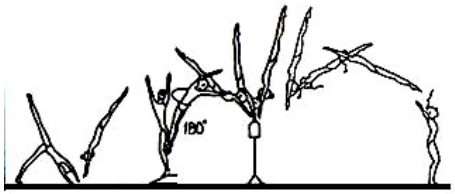
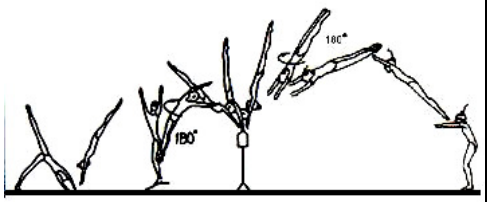
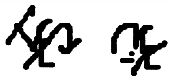
GROEP 1 - HANDSTANDOVERSLAG, YAMASHITA, ARABIER FLIK-FLAK MET OF ZONDER LA-DRAAI IN DE EERSTE EN/OF TWEEDE VLUCHTFASE TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA)

Toegevoegde Sprong	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5	Niveau 6	Niveau 7	Niveau 8
1.24 – 2.60 P. Handstandoverslag voorover met in de eerste vluchtfase ½ draai (180º) 	Geen waarde	Geen waarde	Geen waarde	Geen waarde	Geen waarde	2.60 P	2.60 P

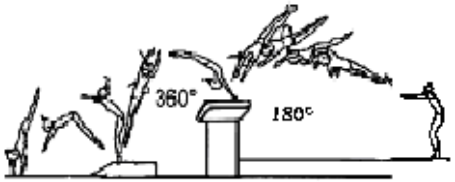
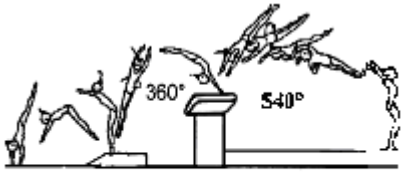
GROEP 1 - HANDSTANDOVERSLAG, YAMASHITA, ARABIER FLIK-FLAK MET OF ZONDER LA-DRAAI IN DE EERSTE EN/OF TWEEDE VLUCHTFASE TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA)

Toegevoegde Sprong	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5	Niveau 6	Niveau 7	Niveau 8
1.32 – 3.60 P. Handstandoverslag voorover met 1/1 in eerste vluchtfase (360º) en in de tweede vluchtfase 1/2 draai (180º) tot stand voorlings 	3.60 P	3.60 P	3.60 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan
1.33 – 4.40 P. Handstandoverslag voorover met 1/1 in eerste vluchtfase (360º) en in de tweede vluchtfase 11/2 draai (540º) tot stand voorlings 	4.40 P	4.40 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan

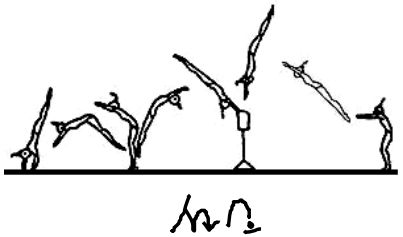
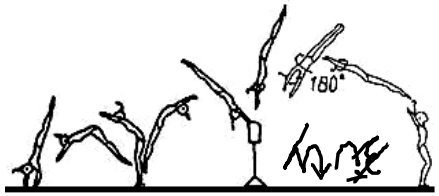
GROEP 1 - HANDSTANDOVERSLAG, YAMASHITA, ARABIER FLIK-FLAK MET OF ZONDER LA-DRAAI IN DE EERSTE EN/OF TWEEDE VLUCHTFASE TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA)

Toegevoegde Sprong	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5	Niveau 6	Niveau 7	Niveau 8
1.43 – 2.60 P. Arabier flick-flack met 1/2 draai (180º) in de eerste vluchtfase, gevolgd door de tweede vluchtfase tot stand ruglings  	2.60 P	2.60 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan
1.44 – 3.00 P. Arabier flick-flack met 1/2 draai (180º) in de eerste vluchtfase en in de tweede vluchtfase handstandoverslag met 1/2 draai (180º) tot stand voorlings  	3.00 P	3.00 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan
Toegevoegde Sprong	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5	Niveau 6	Niveau 7	Niveau 8

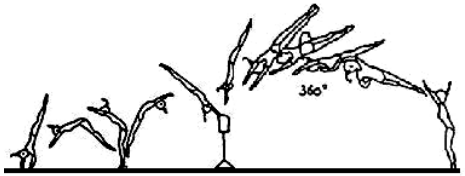
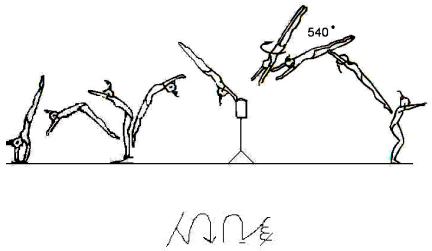
GROEP 1 - HANDSTANDOVERSLAG, YAMASHITA, ARABIER FLIK-FLAK MET OF ZONDER LA-DRAAI IN DE EERSTE EN/OF TWEEDE VLUCHTFASE TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA)

Toegevoegde Sprong	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5	Niveau 6	Niveau 7	Niveau 8
1.45 – 3.60 P. **Arabier flick-flack met 1/1 draai (360º) in de eerste vluchtfase en in de tweede vluchtfase handstandoverslag met 1/2 draai (180°) tot stand voorlings** 	3.60 P	3.60 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan
1.46 – 4.40 P. **Arabier flick-flack met 1/1 draai (360º) in de eerste vluchtfase en in de tweede vluchtfase handstandoverslag met 11/2 draai (540º) tot stand ruglings** 	4.40 P	4.40 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan

GROEP 1 - HANDSTANDOVERSLAG, YAMASHITA, ARABIER FLIK-FLAK MET OF ZONDER LA-DRAAI IN DE EERSTE EN/OF TWEEDE VLUCHTFASE TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA)

Toegevoegde Sprong	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5	Niveau 6	Niveau 7	Niveau 8
1.50 – 2.40 P. Arabier flick-flack in de eerste vluchtfase, gevolgd door de tweede vluchtfase tot stand voorlings 	2.40 P	2.40 P	2.40 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan
1.51 – 2.80 P. Arabier flick-flack in de eerste vluchtfase en in de tweede vluchtfase 1/2 draai (180º) tot stand ruglings 	2.80 P	2.80 P	2.80 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan

GROEP 1 - HANDSTANDOVERSLAG, YAMASHITA, ARABIER FLIK-FLAK MET OF ZONDER LA-DRAAI IN DE EERSTE EN/OF TWEEDE VLUCHTFASE TOEGEVOEGDE A-ELEMENTEN (TA)

Toegevoegde Sprong	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5	Niveau 6	Niveau 7	Niveau 8
1.52 – 3.20 P. Arabier flick-flack in de eerste vluchtfase en in de tweede vluchtfase 1/1 draai (360º) tot stand voorlings 	3.20 P	3.20 P	3.20 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan
1.53 – 3.60 P. Arabier flick-flack in de eerste vlucht-fase en in de tweede vluchtfase 1 ½ draai (540º) tot stand ruglings 	3.60 P	3.60 P	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan	Niet toegestaan