

## ASIMÈTRIQUES – NIVELL ÚNIC

	Requisits	Valor	Penalitzacions	Especificacions
Pre benjamí	2 vols (des del trampolí, si s'escau, saltar obrir cames tancar al davant, obrir i tancar per darrera)	0,50 + 0,50	Realitzar només un vol Insuficient extensió del vol Tocar la màrfega amb els peus Sortida: Insuficient vol Faltes generals. Reglament UCEC	0,10 + v. del vol 0,10 – 0,30 0,50 0,10 Mínim 3m de màrfegues de 20 cm. sota les paral·leles
	Deixar-se anar per darrera	0,30		
		<b>1,30</b>	<b>10,00 punts</b>	<b>Total 11,30 punts</b>
Benjamí	2 vols (des del trampolí, si s'escau, saltar obrir cames tancar al davant, obrir i tancar per darrera)	0,30 + 0,30	Realitzar només un vol Insuficient extensió del vol Tocar la màrfega amb els peus Ajut de l'entrenadora en la tombarella Sortida: Insuficient vol de sortida Faltes generals. Reglament UCEC	0,10 + v. del vol 0,10, 0,30 0,50 0,50 0,10 - 0,30
	Volta canària des d'un peu Sortida: impuls enrere a caure a terra	0,50 0,50		Un trampolí en l'entrada del 1r vol Mínim 3m de màrfegues de 20 cm.
		<b>1,60</b>	<b>10,00 punts</b>	<b>Total 11,60 punts</b>
Aleví	Aguantar escaire 3"	0,50	No aguantar l'escaire 3" a 90º	v. de l'element
	2 vols (saltar obrir cames tancar al davant, obrir i tancar per darrera) Volta canària amb dos peus Sortida: impuls a l'horitzontal a caure a terra	0,30 + 0,30 0,30 0,50	Realitzar només un vol Insuficient extensió dels vols Tocar la màrfega amb els peus Ajut de l'entrenadora en la tombarella Sortida: Insuficient vol a l'horitzontal Faltes generals. Reglament UCEC	0,10 + v. del vol 0,10 – 0,30 0,50 0,50 0,10 - 0,30 - 0,50
		<b>1,90</b>	<b>10,00 punts</b>	<b>Total 11,90 punts</b>
Infantil	Aguantar posicions 1 i 2 2" + 2"	0,30 + 0,30	No aguantar les posicions 2"	v. de l'element
	Volta canària Impuls enrere a l'horitzontal a posar peus a la BI amb cames obertes Saltar a la BS un vol Deixar-se anar per darrera	0,30 0,50 0,50 0,10	Ajut de l'entrenadora en la tombarella Tocar la màrfega amb els peus Insuficient vol a l'horitzontal Flexió de cames en el recolzament a la banda Insuficient extensió dels vols en b.a. Faltes generals. Reglament UCEC	v. de l'element + 1p 0,50 0,10 - 0,30 0,10 - 0,30 0,10 - 0,30
		<b>2,00</b>	<b>10,00 punts</b>	<b>Total 12,00 punts</b>
Cadet - Juvenil	Volta canària	0,30	Ajut de l'entrenadora en la tombarella	v. de l'element + 1p
	Volta de panxa/ enrere Impuls enrere a l'horitzontal a posar peus a la BI amb cames obertes Saltar a la BS 2 vols Deixar-se anar per darrera	0,50 0,50 0,50 0,30	Tocar la màrfega amb els peus Insuficient vol a l'horitzontal Flexió de cames en el recolzament a la banda Insuficient extensió dels vols en b.a. Faltes generals. Reglament UCEC	0,50 0,10 - 0,30 0,10 - 0,30 0,10 - 0,30
		<b>2,10</b>	<b>10,00 punts</b>	<b>Total 12,10 punts</b>

### ASIMÈTRIQUES – NIVELL ÚNIC

