

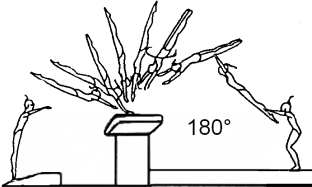

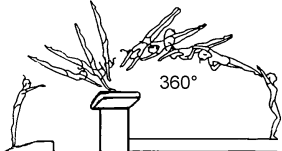
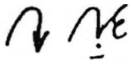
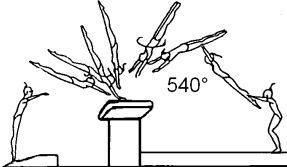
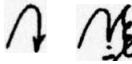
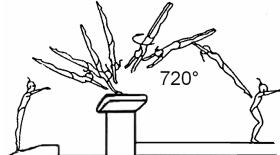
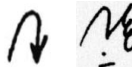
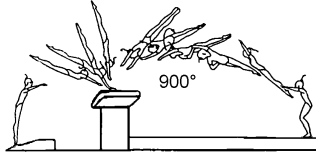
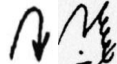
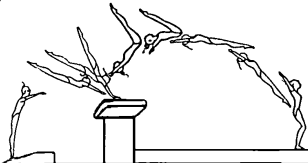
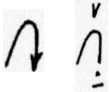
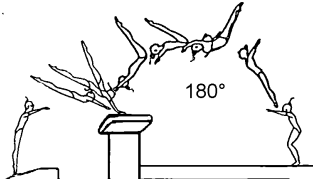
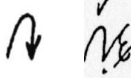
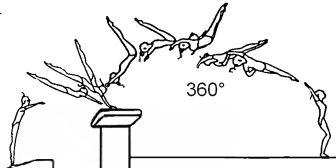
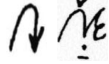
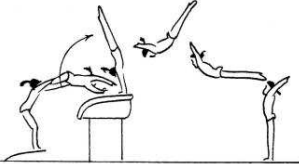

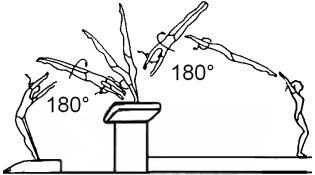
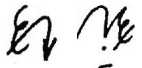
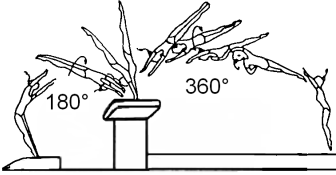
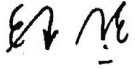
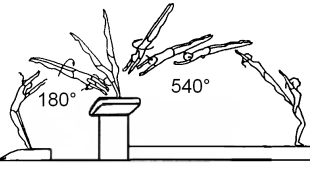
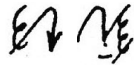
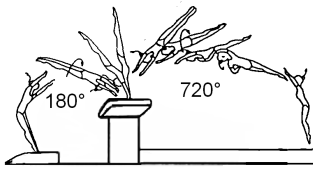
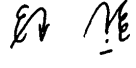
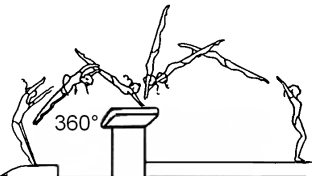
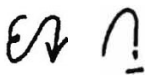
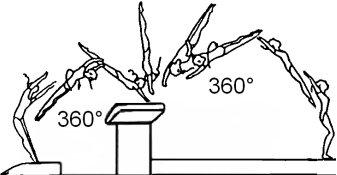
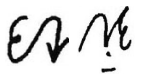



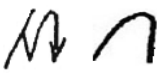
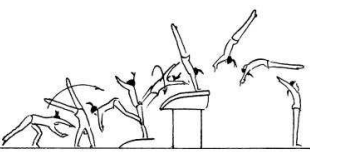
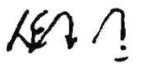
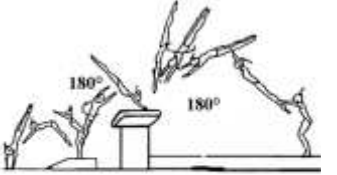
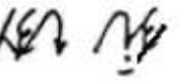
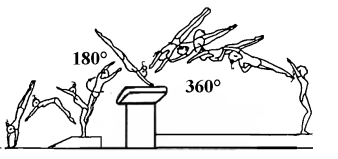
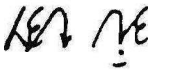
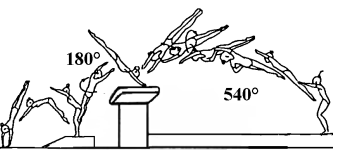
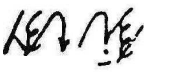

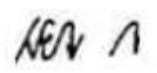
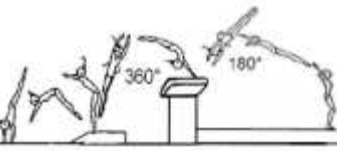
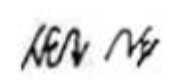
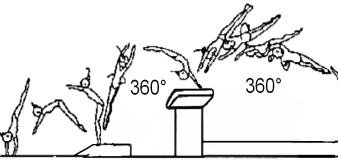
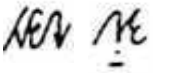
SKUPINA 1 - PŘESKOKY BEZ SALT (PŘEMETY, JAMAŠITY, RONDATY) I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY V PRVNÍ NEBO DRUHÉ LETOVÉ FÁZI

<p>1.00 Přemet</p> <p style="text-align: right;">1.60 b.</p>  	<p>1.01 Přemet s obr. 180° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">2.00 b.</p>  	<p>1.02 Přemet s obr. 360° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">2.60 b.</p>  	<p>1.03 Přemet s obr. 540° ve druhé letové fázi (Kim)</p> <p style="text-align: right;">3.20 b.</p>  	<p>1.04 Přemet s obr. 720° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">3.60 b.</p>  	<p>1.05 Přemet s obr. 900° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">4.00 b.</p>  
<p>1.10 Jamašita</p> <p style="text-align: right;">2.00 b.</p>  	<p>1.11 Jamašita s obr. 180° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">2.40 b.</p>  	<p>1.12 Jamašita s obr. 360° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">2.80 b.</p>  			

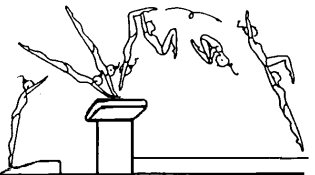
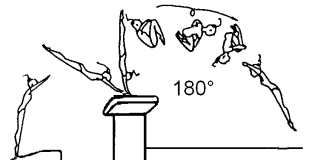
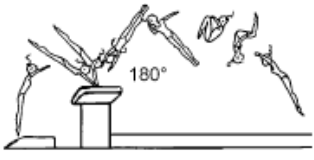
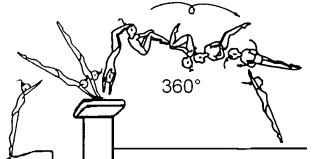
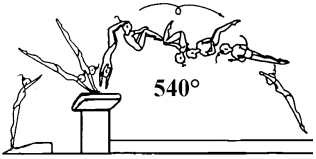

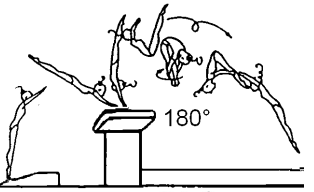
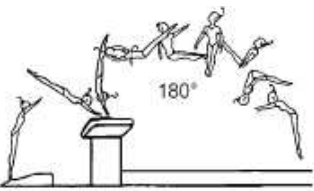
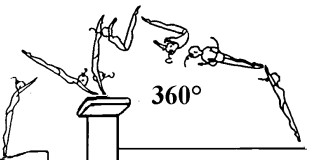
SKUPINA 1 - PŘESKOKY BEZ SALT (PŘEMETY, JAMAŠITY, RONDATY) I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY V PRVNÍ NEBO DRUHÉ LETOVÉ FÁZI

<p>1.20 Přemet s obr. 180° v první letové fázi</p> <p style="text-align: right;">1.60 b.</p>  	<p>1.21 Přemet s obr. 180° v první letové fázi a s obr. 180° ve druhé letové fázi (oběma směry)</p> <p style="text-align: right;">2.40 b.</p>  	<p>1.22 Přemet s obr. 180° v první letové fázi a s obr. 360° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">2.60 b.</p>  	<p>1.23 Přemet s obr. 180° v první letové fázi a s obr. 540° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">3.20 b.</p>  	<p>1.24 Přemet s obr. 180° v první letové fázi a s obr. 720° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">3.60 b.</p>  	
<p>1.30 Přemet s obr. 360° v první letové fázi</p> <p style="text-align: right;">3.20 b.</p>  	<p>1.31 Přemet s obr. 360° v první letové fázi a s obr. 360° ve druhé letové fázi (Korbut)</p> <p style="text-align: right;">3.60 b.</p>  				

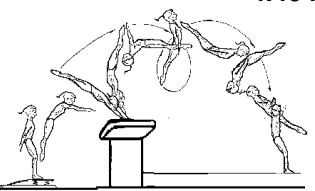
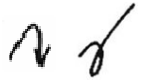
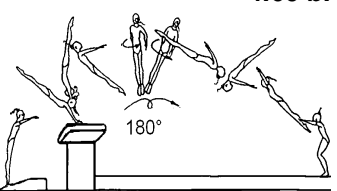
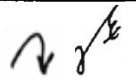
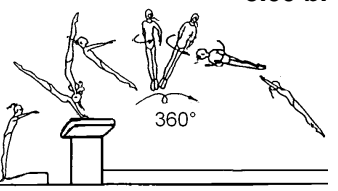
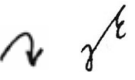
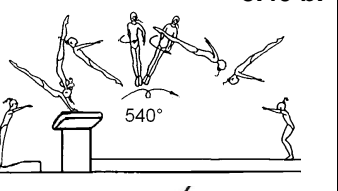
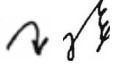
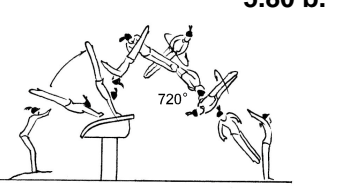

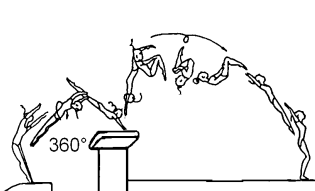
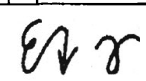
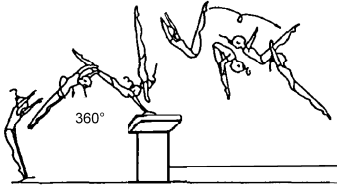
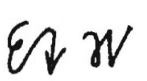
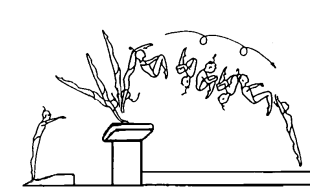
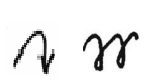
SKUPINA 1 - PŘESKOKY BEZ SALT (PŘEMETY, JAMAŠITY, RONDATY) I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY V PRVNÍ NEBO DRUHÉ LETOVÉ FÁZI

<p>1.40 Rondat a přemet vzad</p> <p style="text-align: right;">2.00 b.</p>  	<p>1.41</p>	<p>1.42</p>			
<p>1.50 Rondat a přemet vzad s obr. 180° v první letové fázi - přemet</p> <p style="text-align: right;">2.20 b.</p>  	<p>1.51 Rondat a přemet vzad s obr. 180° v první letové fázi - přemet s obr. 180° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">2.60 b.</p>  	<p>1.52 Rondat a přemet vzad s obr. 180° v první letové fázi - přemet s obr. 360° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">3.00 b.</p>  	<p>1.53 Rondat a přemet vzad s obr. 180° v první letové fázi - přemet s obr. 540° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">3.40 b.</p>  		
<p>1.60 Rondat a přemet vzad s obr. 360° v první letové fázi - přemet ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">2.40 b.</p>  	<p>1.61 Rondat a přemet vzad s obr. 360° v první letové fázi - přemet s obr. 180° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">2.80 b.</p>  	<p>1.62 Rondat a přemet vzad s obr. 360° v první letové fázi - přemet s obr. 360° ve druhé letové fázi</p> <p style="text-align: right;">3.20 b.</p>  			

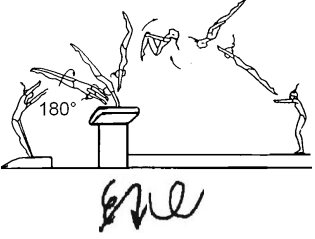
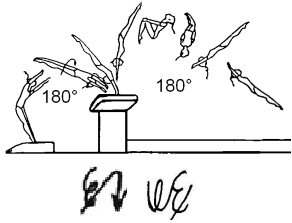
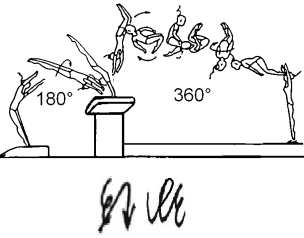
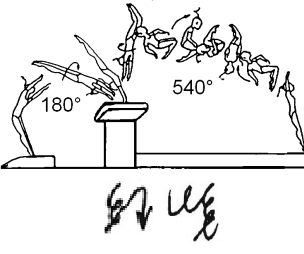
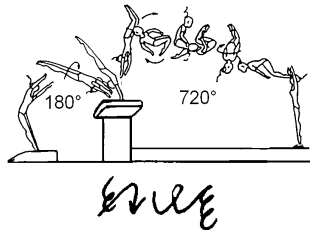
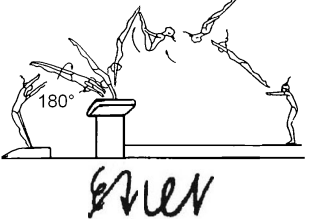
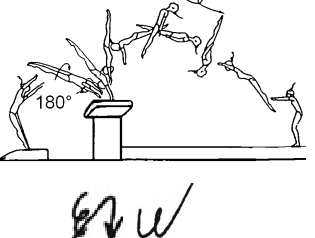
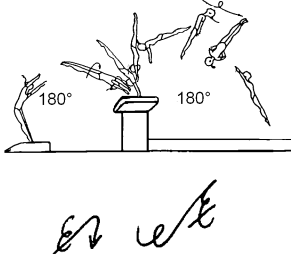
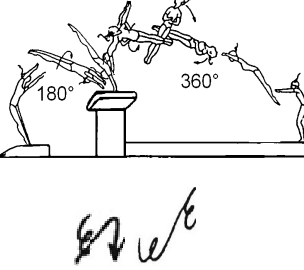
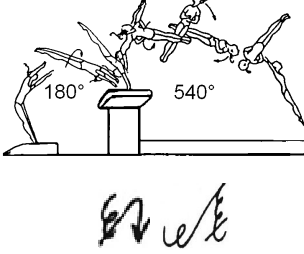
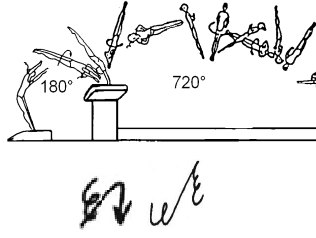
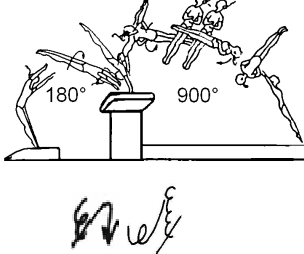
SKUPINA 2 - PŘEMETY VPŘED I S OBRATEM 360° V PRVNÍ LETOVÉ FÁZI - SALTA VPŘED/VZAD I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY VE DRUHÉ LETOVÉ FÁZI

<p>2.10 Přemet - salto skrčmo 3.60 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p>	<p>2.11 Přemet - salto skrčmo s obr. 180° 3.80 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p> <p>Přemet – obrat o 180° a salto vzad skrčmo 3.80 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p>	<p>2.12 Přemet - salto skrčmo s obr. 360° 4.20 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p>	<p>2.13 Přemet - salto skrčmo s obr. 540° 4.60 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p>	<p>2.14</p>	
<p>2.20 Přemet - salto schylmo 3.80 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p>	<p>2.21 Přemet - salto schylmo s obr. 180° 4.00 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p> <p>Přemet – obrat o 180° a salto vzad schylmo 4.00 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p>	<p>2.22 Přemet - salto schylmo s obr. 360° (Chusovitina) 4.40 b.</p>  <p style="text-align: center;">↙ R</p>			

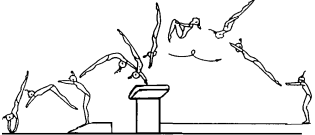
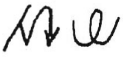
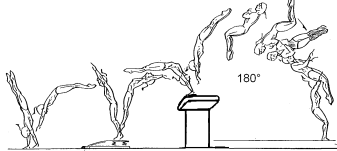
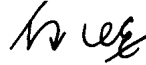
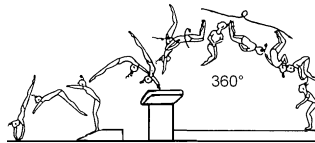
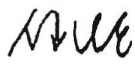
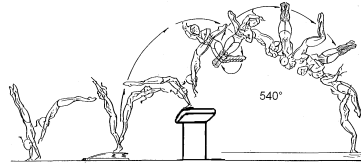
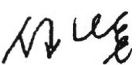
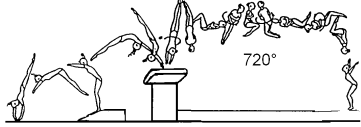
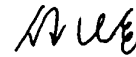
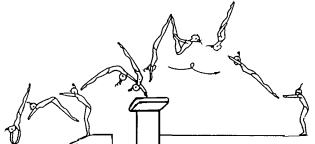
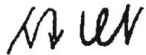
SKUPINA 2 - PŘEMETY VPŘED I S OBRATEM 360° V PRVNÍ LETOVÉ FÁZI - SALTA VPŘED/VZAD I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY VE DRUHÉ LETOVÉ FÁZI

<p>2.30 Přemet - salto prohnuté (<i>Evdokimova</i>)</p> <p>4.40 b.</p>  	<p>2.31 Přemet - salto prohnuté s obr. 180° (<i>Wang</i>)</p> <p>4.60 b.</p>  	<p>2.32 Přemet - salto prohnuté s obr. 360°</p> <p>5.00 b.</p>  	<p>2.33 Přemet - salto prohnuté s obr. 540° (<i>Chusovitina</i>)</p> <p>5.40 b.</p>  	<p>2.34 Přemet - salto prohnuté s obr. 720° (<i>Yeo</i>)</p> <p>5.80 b.</p>  	
<p>2.40 Přemet s obr. 360° v první letové fázi - salto skrčmo (<i>Davydova</i>)</p> <p>4.80 b.</p>  	<p>2.41 Přemet s obr. 360° v první letové fázi - salto schylmo</p> <p>5.20 b.</p>  				
<p>2.50 Přemet - dvojné salto skrčmo (<i>Produnova</i>)</p> <p>6.00 b.</p>  					

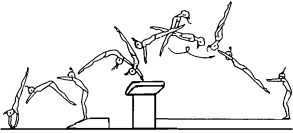
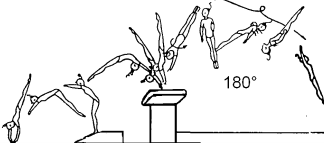
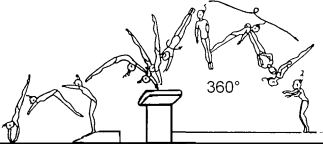
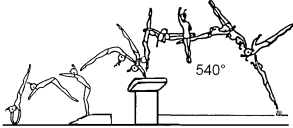
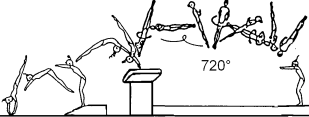
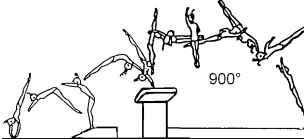
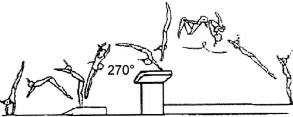
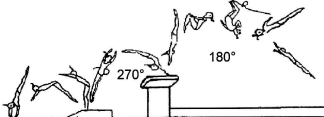
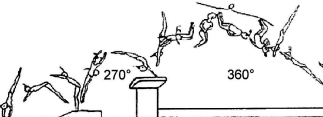
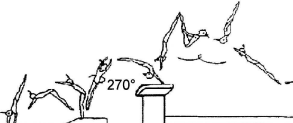
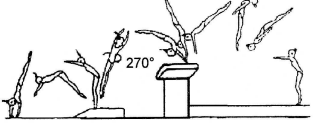
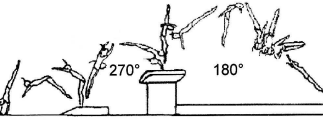
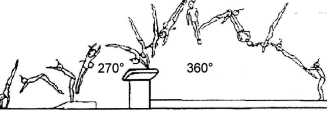
SKUPINA 3 - PŘEMETY S OBRATEM 90° - 180° V PRVNÍ LETOVÉ FÁZI (CUKAHARA) - SALTA VZAD I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY VE DRUHÉ LETOVÉ FÁZI

<p>3.10 Cukahara skrčmo (<i>Tourischeva</i>)</p> <p>3.20 b.</p> 	<p>3.11 Cukahara skrčmo s obr. 180°</p> <p>3.40 b.</p> 	<p>3.12 Cukahara skrčmo s obr. 360° (<i>Kim</i>)</p> <p>3.80 b.</p> 	<p>3.13 Cukahara skrčmo s obr. 540°</p> <p>4.20 b.</p> 	<p>3.14 Cukahara skrčmo s obr. 720°</p> <p>4.60 b.</p> 	
<p>3.20 Cukahara schylmo</p> <p>3.40 b.</p> 					
<p>3.30 Cukahara prohnutě</p> <p>3.80 b.</p> 	<p>3.31 Cukahara prohnutě s obr. 180°</p> <p>4.00 b.</p> 	<p>3.32 Cukahara prohnutě s obr. 360° (<i>Kim</i>)</p> <p>4.40 b.</p> 	<p>3.33 Cukahara prohnutě s obr. 540°</p> <p>4.80 b.</p> 	<p>3.34 Cukahara prohnutě s obr. 720° (<i>Zamolodchikova</i>)</p> <p>5.20 b.</p> 	<p>3.35 Cukahara prohnutě s obr. 900°</p> <p>5.60 b.</p> 

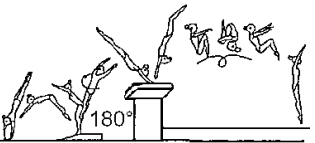
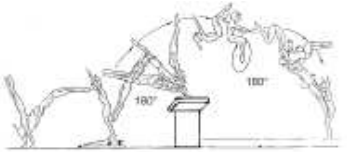
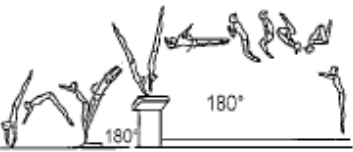


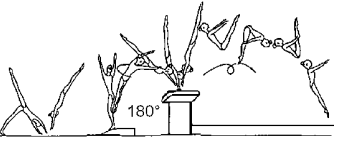
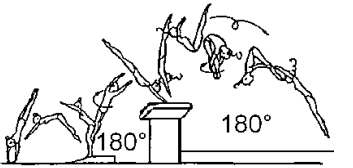
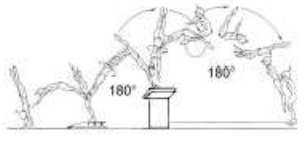
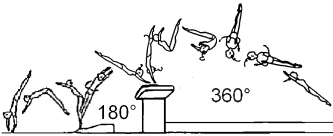
SKUPINA 4 - PŘESKOKY PO RONDATU I S OBRATEM 270° V PRVNÍ LETOVÉ FÁZI - SALTA VZAD I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY VE DRUHÉ LETOVÉ FÁZI

<p>4.10 Rondat a přemet vzad - salto vzad skrčmo (<i>Yurchenko</i>)</p> <p style="text-align: right;">3.00 b.</p>  	<p>4.11 Rondat a přemet vzad - salto vzad skrčmo s obr. 180°</p> <p style="text-align: right;">3.20 b.</p>  	<p>4.12 Rondat a přemet vzad - salto vzad skrčmo s obr. 360°</p> <p style="text-align: right;">3.60 b.</p>  	<p>4.13 Rondat a přemet vzad - salto vzad skrčmo s obr. 540°</p> <p style="text-align: right;">4.00 b.</p>  	<p>4.14 Rondat a přemet vzad - salto vzad skrčmo s obr. 720° (<i>Dungelova</i>)</p> <p style="text-align: right;">4.40 b.</p>  	
<p>4.20 Rondat a přemet vzad - salto vzad schylmo</p> <p style="text-align: right;">3.20 b.</p>  					



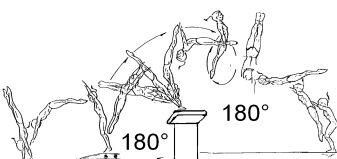
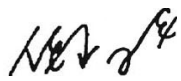
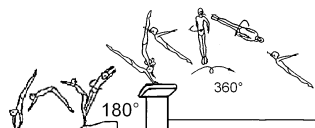
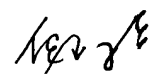
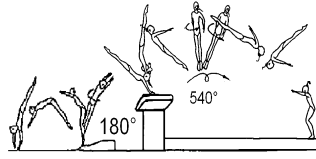
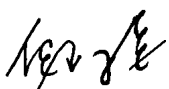

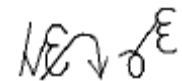
SKUPINA 4 - PŘESKOKY PO RONDATU I S OBRATEM 270° V PRVNÍ LETOVÉ FÁZI - SALTA VZAD I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY VE DRUHÉ LETOVÉ FÁZI

<p>4.30 Rondat a přemet vzad - salto vzad prohnutě</p> <p style="text-align: right;">3.60 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW</i></p>	<p>4.31 Rondat a přemet vzad - salto vzad prohnutě s obr. 180°</p> <p style="text-align: right;">3.80 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 180°</i></p>	<p>4.32 Rondat a přemet vzad - salto vzad prohnutě s obr. 360°</p> <p style="text-align: right;">4.20 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 360°</i></p>	<p>4.33 Rondat a přemet vzad - salto vzad prohnutě s obr. 540°</p> <p style="text-align: right;">4.60 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 540°</i></p>	<p>4.34 Rondat a přemet vzad - salto vzad prohnutě s obr. 720° <i>(Baitova)</i></p> <p style="text-align: right;">5.00 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 720°</i></p>	<p>4.35 Rondat a přemet vzad - salto vzad prohnutě s obr. 900° <i>(Amanar)</i></p> <p style="text-align: right;">5.40 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 900°</i></p>
<p>4.40 Rondat a přemet vzad s obr. 270° - salto vzad skrčmo <i>(Luconi)</i></p> <p style="text-align: right;">3.60 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 270°</i></p>	<p>4.41 Rondat a přemet vzad s obr. 270° - salto vzad skrčmo s obr. 180°</p> <p style="text-align: right;">4.00 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 270° 180°</i></p>	<p>4.42 Rondat a přemet vzad s obr. 270° - salto vzad skrčmo s obr. 360°</p> <p style="text-align: right;">4.20 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 270° 360°</i></p>			
<p>4.50 Rondat a přemet vzad s obr. 270° - salto vzad schylmo</p> <p style="text-align: right;">3.80 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 270°</i></p>	<p>4.51 Rondat a přemet vzad s obr. 270° - salto vzad prohnutě</p> <p style="text-align: right;">4.20 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 270°</i></p>	<p>4.52 Rondat a přemet vzad s obr. 270° - salto vzad prohnutě s obr. 180°</p> <p style="text-align: right;">4.60 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 270° 180°</i></p>	<p>4.53 Rondat a přemet vzad s obr. 270° - salto vzad prohnutě s obr. 360°</p> <p style="text-align: right;">5.00 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NW 270° 360°</i></p>		

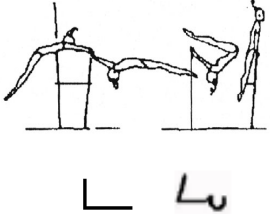
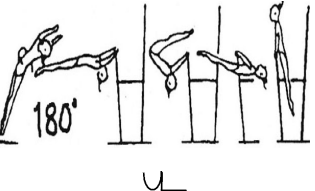
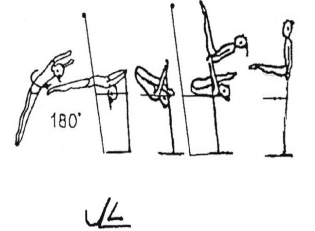

SKUPINA 5 - PŘESKOKY PO RONDATU S OBRATEM 180° V PRVNÍ LETOVÉ FÁZI - SALTA VPŘED/VZAD I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY VE DRUHÉ LET. FAZI

<p>5.10 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed skrčmo <i>(Ivantcheva)</i></p> <p style="text-align: right;">3.80 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8</i></p>	<p>5.11 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed skrčmo s obr. 180° <i>(Servente)</i></p> <p style="text-align: right;">4.00 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8E</i></p> <p>Rondat a přemet vzad s obr. 180° - obrat 180° a salto vzad skrčmo</p> <p style="text-align: right;">4.00 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8W</i></p>	<p>5.12 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed skrčmo s obr. 360°</p> <p style="text-align: right;">4.40 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8E</i></p>	<p>5.13 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed skrčmo s obr. 540° <i>(Khorkina)</i></p> <p style="text-align: right;">4.80 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8E</i></p>	<p>5.14</p>
<p>5.20 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed schylmo <i>(Omelianchik)</i></p> <p style="text-align: right;">4.00 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8</i></p>	<p>5.21 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed schylmo s obr. 180° <i>(Podkopayeva)</i></p> <p style="text-align: right;">4.20 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8E</i></p> <p>Rondat a přemet vzad s obr. 180° - obrat 180° a salto vzad schylmo</p> <p style="text-align: right;">4.20 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8W</i></p>	<p>5.22 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed schylmo s obr. 360°</p> <p style="text-align: right;">4.60 b.</p>  <p style="text-align: center;"><i>NEZ 8E</i></p>	<p>5.23</p>	<p>5.24</p>

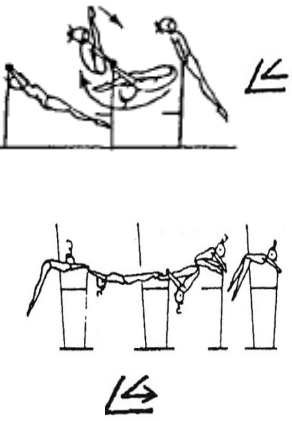
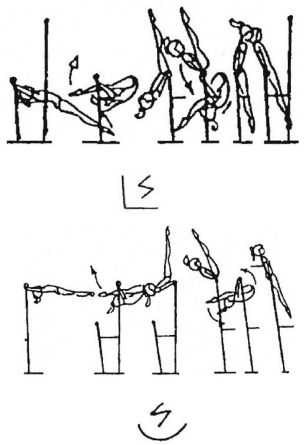
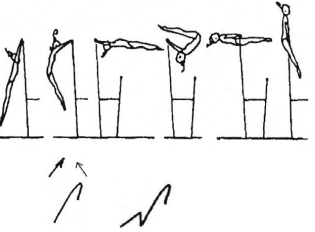
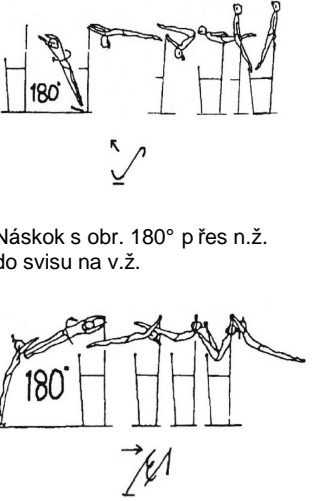
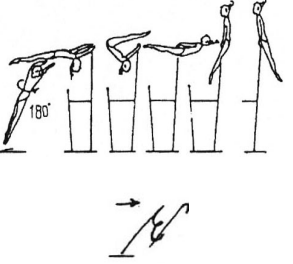
SKUPINA 5 - PŘESKOKY PO RONDATU S OBRATEM 180° V PRV NÍ LETOVÉ FÁZI - SALTA VPŘED/VZAD I S OBRATY KOLEM PODÉLNÉ OSY VE DRUHÉ LET. FAZI

<p>5.30 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed prohnuté</p> <p style="text-align: right;">4.60 b.</p>  	<p>5.31 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed prohnuté s obr. 180°</p> <p style="text-align: right;">4.80 b.</p>  	<p>5.32 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed prohnuté s obr. 360°</p> <p style="text-align: right;">5.20 b.</p>  	<p>5.33 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed prohnuté s obr. 540° (Cheng)</p> <p style="text-align: right;">5.60 b.</p>  	<p>5.34 Rondat a přemet vzad s obr. 180° - salto vpřed prohnuté s obr. 720° (Biles)</p> <p style="text-align: right;">6.00 b.</p>  	
--	---	---	---	---	--

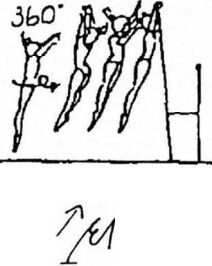
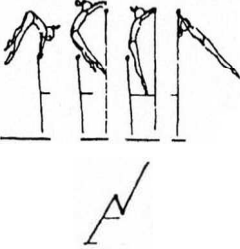
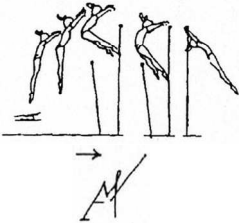
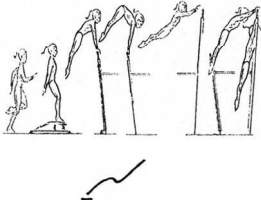
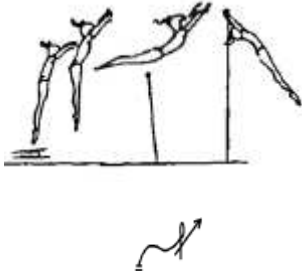
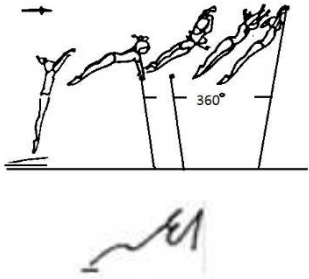
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.101 Předkmihem vzepření vzklopno do vzporu na n.ž. nebo také předkmih s obr. 180° a vzepření vzklopno</p> 					
<p>1.102 Náskok s obr. 180° do předkmihu na n.ž. a vzepření vzklopno do vzporu na n.ž.</p>  <p>Náskok s obr. 180° do předkmihu na n.ž. a výmyk zadem do vzporu vzadu na n.ž.</p> 	<p>1.202 Náskok s obr. 360° na n.ž. a předkmihem vzepření vzklopno do vzporu na n.ž.</p> 				


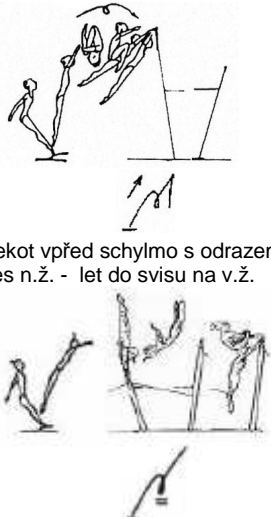
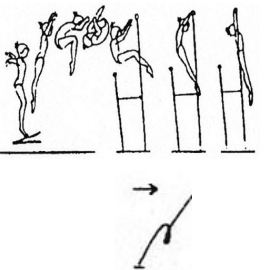
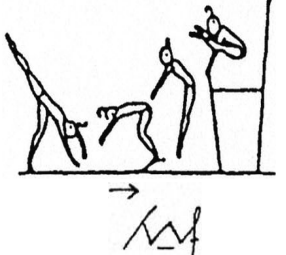
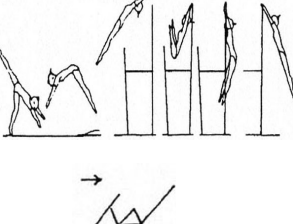
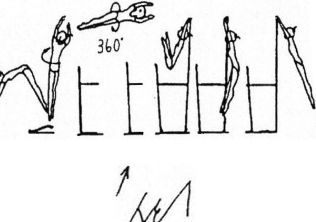
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.103 Předkmihem výmyk zadem do vzporu vzadu nebo s přešvihem roznožmo vzad do svisu na stejné žerdi</p> 	<p>1.203 Předkmihem vzeprění zadem ze svisu vznesmo vzadu na n.ž. nebo v.ž.</p> 				
<p>1.104 Náskok do svisu na v.ž. a předkmihem vzeprění vzklopno, také v podhmatu, do vzporu</p> 	<p>1.204 Čelem k v.ž. - náskok s obr. 180° na v.ž. a vzeprění vzklopno</p>  <p>Náskok s obr. 180° přes n.ž. do svisu na v.ž.</p>	<p>1.304 Náskok s obr. 180° přes n.ž. a vzeprění vzklopno do vzporu na v.ž.</p> 			


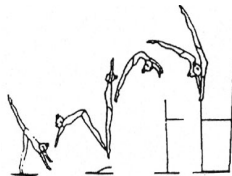
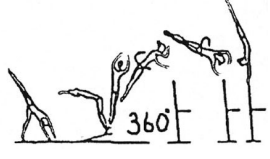
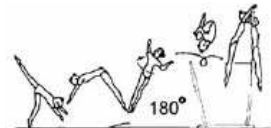
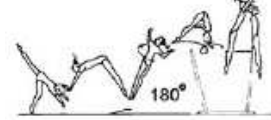
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.105 Čelem k v.ž. - náskok s obr. 360° do svisu na v.ž.</p> 					
<p>1.106 Odrazem snožmo a dohmatem na n.ž. přešvih roznožmo do svisu na v.ž.</p> 	<p>1.206 Náskok roznožmo bez dohmatu přes n.ž. do svisu na v.ž.</p>  <p>Náskok letmo (snožmo) s odrazem rukou přes n.ž. do svisu na v.ž.</p> 	<p>1.306 Náskok letmo prohnutě snožmo přes n.ž. do svisu na v.ž. <i>(Makhautsova)</i></p> 	<p>1.406 Náskok letmo (snožmo) s odrazem rukou a obratem 360° přes n.ž. do svisu na v.ž. <i>(Gebeshian)</i></p> 		

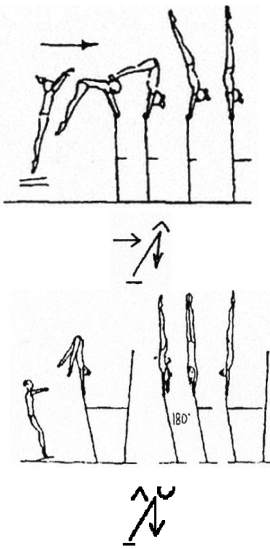
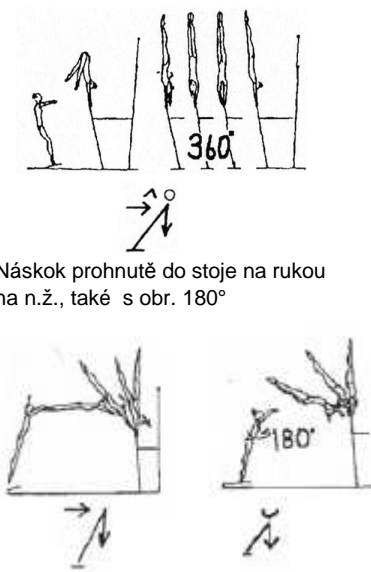
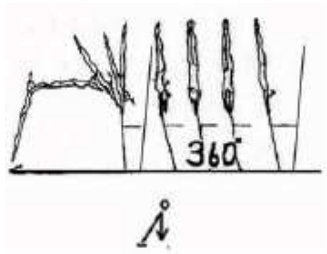
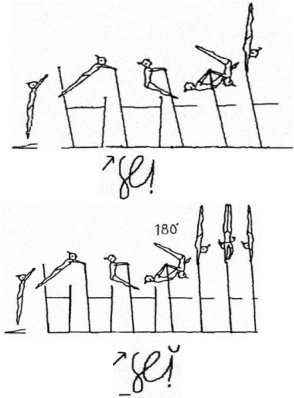
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>1.207 Čelem k n.ž. - salto vpřed skrčmo, schylmo nebo roznožmo přes n.ž. do svisu v obráceném podhmatu na n.ž.</p> 	<p>1.307 Čelem k v.ž. - salto do svisu na v.ž.</p>  <p>Překot vpřed schylmo s odrazem rukou přes n.ž. - let do svisu na v.ž.</p>	<p>1.407 Čelem k n.ž. - salto vpřed skrčmo přes n.ž. do svisu na v.ž. bez dotyku n.ž.</p> 		
	<p>1.208 Čelem k n.ž. - rondat a náskok roznožmo do přednosu roznožmo vně na n.ž.</p> 	<p>1.308 Čelem k n.ž. - rondat a náskok roznožmo nebo snožmo přes n.ž. do svisu na v.ž.</p> 	<p>1.408 Čelem k n.ž. - rondat a náskok přes n.ž. s obr. 360° do svisu na v.ž.</p> 		

1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
			<p>1.409 Čelem k n.ž. - rondat a salto vzad skrčmo přes n.ž. do svisu na n.ž. (Jentsch)</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>ku</i></p> <p>Čelem k n.ž. - rondat a přemet vzad přes stoj na rukou na n.ž. (Gonzales)</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>M</i></p>	<p>1.509 Čelem k n.ž. - rondat a přemet vzad s obr. 360° do vzporu bez dotyku boků žerdě nebo přes stoj na rukou na n.ž. (Gurova)</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>M</i></p>	<p>1.609 - F - Čelem k n.ž. - rondat a twist salto skrčmo přes n.ž. do svisu na v.ž. bez dotyku n.ž.</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>ku</i></p> <p>1.709 - G - Čelem k n.ž. - rondat a twist salto schylmo přes n.ž. do svisu na v.ž. bez dotyku n.ž.</p>  <p style="text-align: center;">→ <i>kuw</i></p>

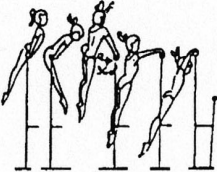

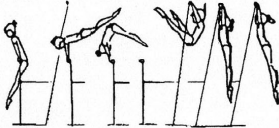

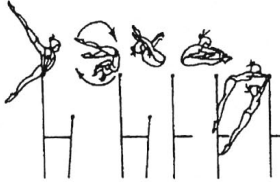

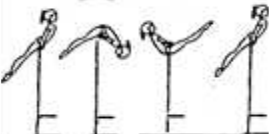

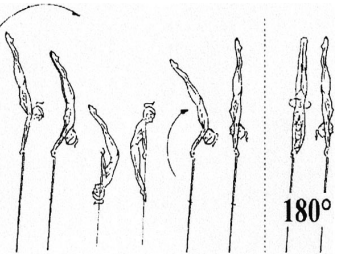
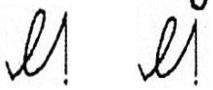
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>1.210 Náskok schylmo (i roznožmo) do stoji na rukou na n.ž., také s obr. 180° ve stoji na rukou</p> 	<p>1.310 Náskok schylmo (i roznožmo) do stoji na rukou s obr. 360° ve stoji na rukou na n.ž.</p>  <p>Náskok prohnuté do stoji na rukou na n.ž., také s obr. 180°</p>	<p>1.410 Náskok prohnuté do stoji na rukou na n.ž. s obr. 360° ve stoji na rukou (Maaranen)</p> 		
			<p>1.411 Čelem k v.ž. - odrazem snožmo vzepření zákmihem a přemýk do stoji na rukou na v.ž., také s obr. 180° ve stoji na rukou na v.ž. (McNamara)</p> 		


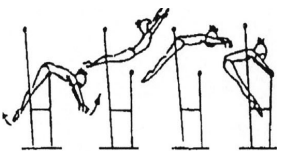
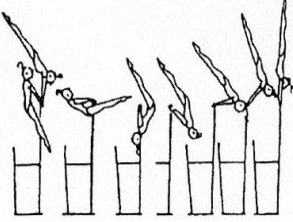
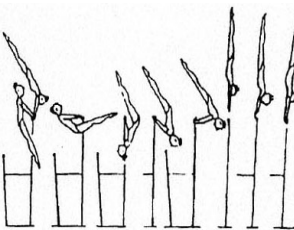
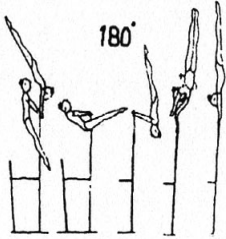
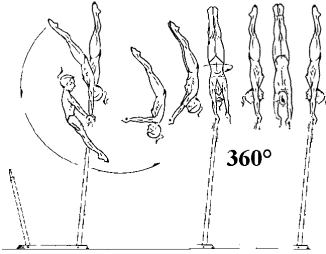
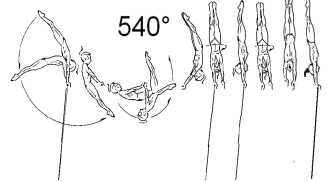
2. ZÁKMIHY A PŘEMYKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.101 Zákmih roznožmo nebo schylmo roznožmo do stoje na rukou, také odrazem souruč do podhmatu</p>	<p>2.201 Zákmih snožmo do stoje na rukou, také odrazem souruč do podhmatu, také s obr. 180°snožmo nebo roznožmo</p>	<p>2.301 Zákmih snožmo do stoje na rukou s obr. 360° ve stoji na rukou</p>	<p>2.401 Zákmih snožmo do stoje na rukou s obr. 540° ve stoji na rukou <i>(Reeder)</i></p>		
	<p>2.202 Ze vzporu na v.ž. zády k n.ž. - přešvih schylmo zánožmo s obr. 180° do svisu na v.ž. nebo ze vzporu na v.ž. zákmih a odrazem souruč přelet roznožmo s obr. 180° do svisu na v.ž.</p>	<p>2.302 Toč vzad bez dohmatu - letka s obr. 180° p řes žerď do svisu na stejné žerdi, nebo ze vzporu přemýková letka s obr. 180° p řes žerď do svisu na stejné žerdi</p>			

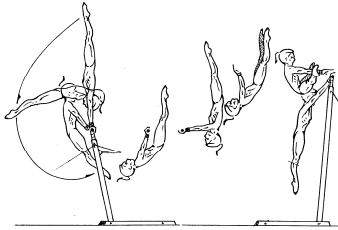
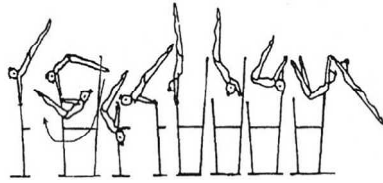
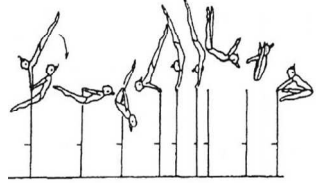
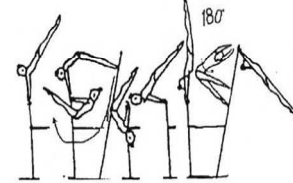
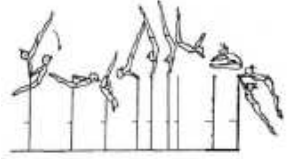

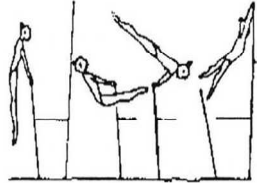
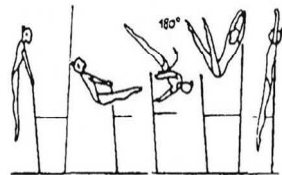
2. ZÁKMIHY A PŘEMYKY

A	B	C	D	E	F/G
		<p>2.303 Ze vzporu na v.ž. čelem k n.ž. - zákmihem obrat 360° do svisu na v.ž. <i>(Časlavská)</i></p>  	<p>2.403 Ze vzporu na n.ž. zády k v.ž. - zákmihem překot vpřed s přehmatem do svisu na v.ž. <i>(Radochla)</i></p>  	<p>2.503 Ze vzporu na v.ž. - zákmihem salto vpřed schylmo roznožmo do svisu na v.ž. (Comaneci salto) <i>(Comaneci)</i></p>  	
<p>2.104 Toč vpřed (dotyk boků žerdi)</p>  			<p>2.404 Přemýk vpřed do stoje na rukou, také s obr. 180° ve stoji na rukou (Weiler)</p>  		

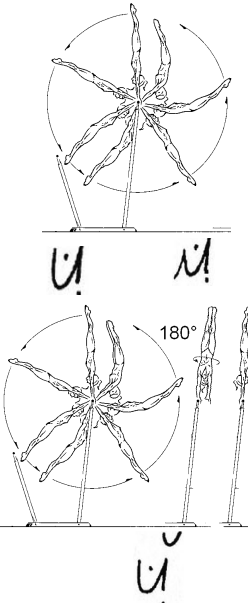
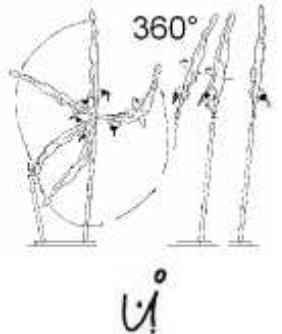
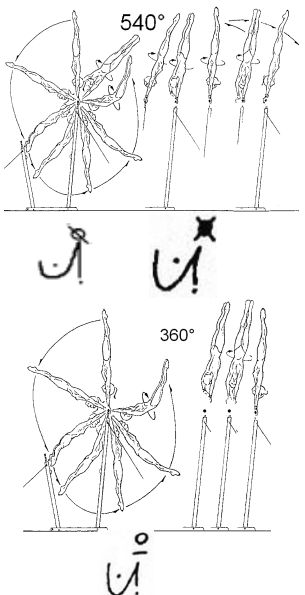
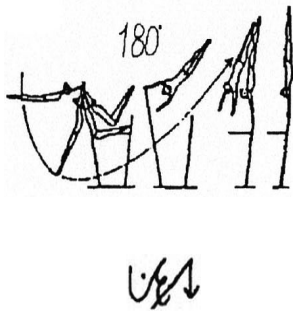
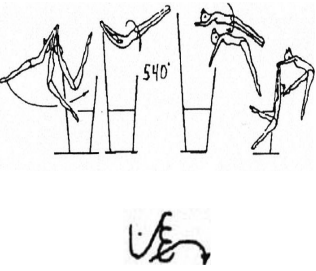
2. ZÁKMIHY A PŘEMYKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.105 Toč vzad (dotyk boků žerdi)</p>  <p style="text-align: center;">○</p> <p>Toč vzad bez dohmatu na n.ž. (odrazem boků) s letem a přehmatem do svislu na n.ž.</p>  <p style="text-align: center;">~.</p>		<p>2.305 Toč vzad do stoje na rukou (přemýk), také s přehmatem souruč do podhmatu ve stoji na rukou, nebo s obr. 180° ve stoji na rukou</p>  <p style="text-align: center;">li.</p>  <p style="text-align: center;">li.</p>  <p style="text-align: center;">li.</p>	<p>2.405 Toč vzad do stoje na rukou (přemýk) s obr. 360° ve stoji na rukou</p>  <p style="text-align: center;">li.</p>	<p>2.505 Toč vzad do stoje na rukou (přemýk) s obr. 540° ve stoji na rukou</p>  <p style="text-align: center;">li.</p>	

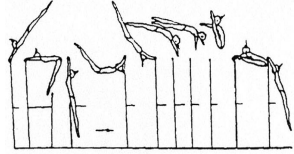
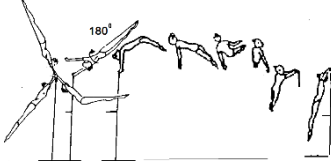
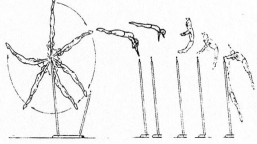

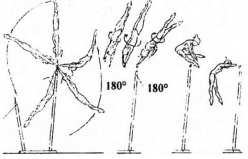
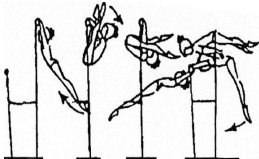
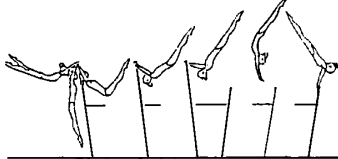
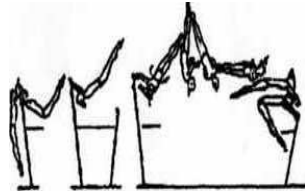

2. ZÁKMIHY A PŘEMYKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>2.206 Na n.ž. čelem k v.ž. - kmih podmetmo bez dotyku boků s kontra pohybem vpřed a přehmatem do svisu na v.ž.</p>  <p style="text-align: center;"><i>W</i></p>	<p>2.306</p>	<p>2.406 Na n.ž. zády k v.ž. - toč vzad do stoje na rukou s přehmatem do svisu na v.ž. (Shaposhnikova)</p>  <p style="text-align: center;"><i>W</i></p>	<p>2.506 Toč vzad bez dotyku boků na v.ž. a salto vpřed schylmo roznožmo do svisu na v.ž. (Hindorff)</p>  <p style="text-align: center;"><i>W</i></p> <p>Na n.ž. zády k v.ž. - toč vzad do stoje na rukou s přehmatem do svisu na v.ž. s obr. 180° (Khorkina)</p>  <p style="text-align: center;"><i>W</i></p>	<p>2.606 - F - Toč vzad bez dotyku boků na v.ž. a salto vpřed schylmo do svisu na v.ž. (Shang)</p>  <p style="text-align: center;"><i>W</i></p> <p>Toč vzad bez dotyku boků na v.ž. a salto vpřed schylmo roznožmo s obr. 180° do svisu na v.ž. v mix L-hmatu (Martins)</p>  <p style="text-align: center;"><i>W</i></p>
		<p>2.307 Ze vzporu na n.ž. čelem k v.ž. - toč vzad bez dotyku boků s přehmatem do svisu na v.ž. (Yarotska)</p>  <p style="text-align: center;"><i>W</i></p>	<p>2.407 Ze vzporu na n.ž. čelem k v.ž. - toč vzad bez dotyku boků s přehmatem do svisu na v.ž. s obr. 180° a přešvihem snožmo nebo roznožmo vzad</p>  <p style="text-align: center;"><i>W</i></p>		

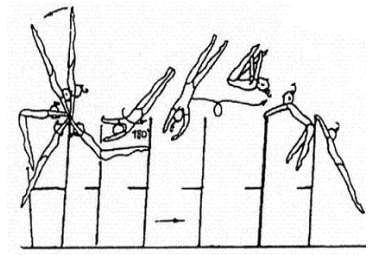
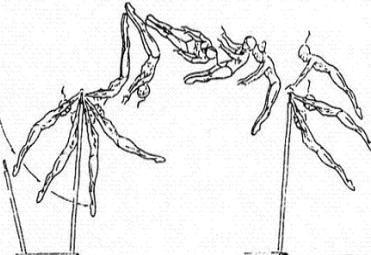
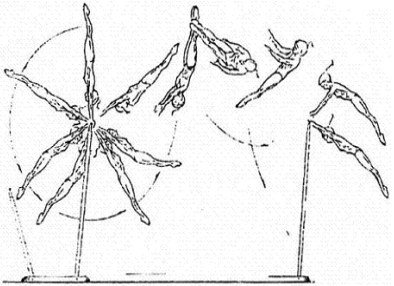
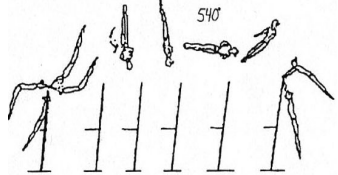
3. VELETOČE

A	B	C	D	E	F/G
	<p>3.201 Veletoč vzad do stoje na rukou nadhmatem, také s obr. 180° ve stoji na rukou, také jednoruč (<i>Liu</i>)</p> 	<p>3.301 Veletoč vzad s obr. 360° ve stoji na rukou</p> 	<p>3.401 Veletoč vzad s obr. 540° - 720° ve stoji na rukou, také odrazem souruč s obr. 360° ve stoji na rukou (<i>Chusovitina</i>)</p> 		
			<p>3.402 Ze svisu na v.ž. - předkmihem obr. 180° přes n.ž. s přehmatem do stoje na rukou na n.ž</p> 	<p>3.502 Ze svisu na v.ž. - předkmihem obr. 540° přes n.ž. s přehmatem do svisu na n.ž. (<i>Strong</i>)</p> 	

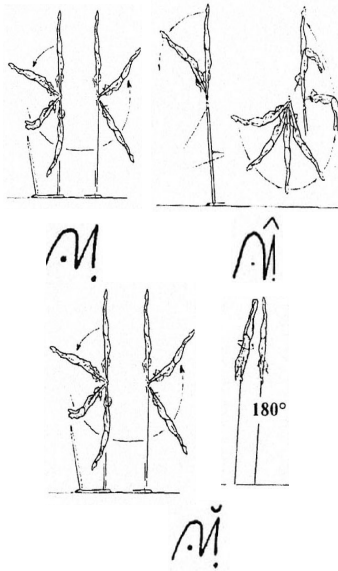
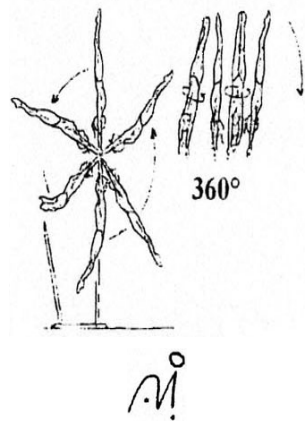
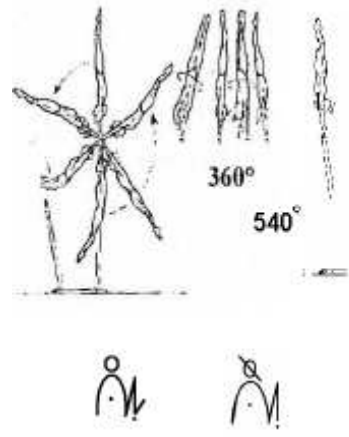

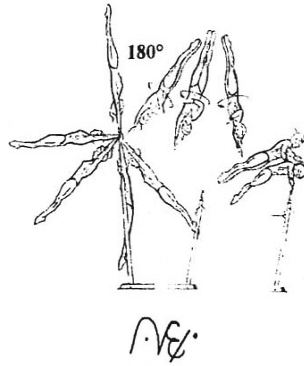
3. VELETOČE

A	B	C	D	E	F/G
			<p>3.403 Veletoč vzad a přelet roznožmo vzad přes v.ž. do svisu na v.ž. (Tkatchev) <i>(Davydova)</i></p>  <p style="text-align: center;">→</p> <p>Veletoč vzad s obr. 180° a přelet schylmo přes v. ž. do svisu na v. ž. <i>(Monckton)</i></p>  <p style="text-align: center;">→</p>	<p>3.503 Veletoč vzad a přelet schylmo vzad přes v.ž. do svisu na v.ž. (Tkatchev schylmo)</p>  <p style="text-align: center;">→</p> <p>Veletoč vzad a přelet schylmo vzad přes v.ž. s obr. 180° do svisu na v.ž. (Tkatchev s obr. 180°) <i>(Kononenko)</i></p>  <p style="text-align: center;">→</p> <p>Veletoč vzad s obr. 360° (180°/180°) a přelet roznožmo vzad přes v.ž. do svisu na v.ž. <i>(Shushunova)</i></p>  <p style="text-align: center;">→</p>	<p>3.603</p>
		<p>3.304 Ze svisu na v.ž. čelem k n.ž. - předkmihem salto vzad roznožmo s přehmatem do svisu na n.ž.</p>  <p style="text-align: center;">→</p>	<p>3.404 Ze svisu na v.ž. čelem k n.ž. - předkmihem salto vzad prohnuté mezi žerděmi s přehmatem do vzporu bez dotyku žerdě na n.ž. <i>(Pak)</i></p>  <p style="text-align: center;">→</p>	<p>3.504 Ze svisu na v.ž. čelem k n.ž. - předkmihem salto vzad prohnuté s obr. 360° mezi žerděmi a přehmatem do vzporu bez dotyku žerdě na n.ž. (Pak salto s obr. 360°) <i>(Bhardwaj)</i></p>  <p style="text-align: center;">→</p>	<p>3.604 - F - Ze svisu na v.ž. zády k n.ž. - předkmihem salto vpřed schylmo roznožmo do svisu podhmatem na v.ž.</p>  <p style="text-align: center;">→</p>

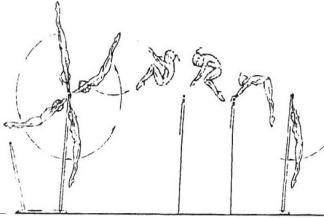

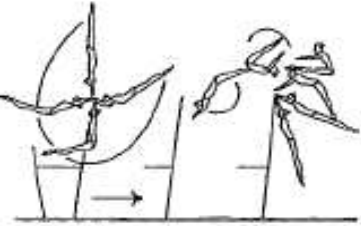

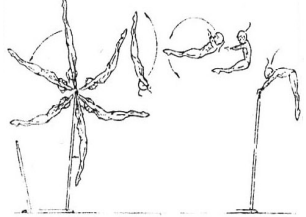
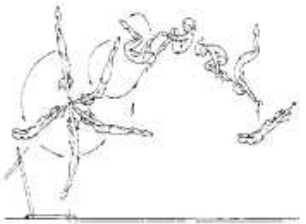
3. VELETOČE

A	B	C	D	E	F/G
			<p>3.405 Předkmihem obrat 180° a salto vpřed roznožmo (Deltchev salto), nebo předkmihem salto vzad s obr. 180° schylmo (Gienger salto) do svisu na v.ž.</p>  <p>U9</p>  <p>U9</p>	<p>3.505 Předkmihem salto vzad s obr. 180° prohnutě (Gienger) do svisu na v.ž.</p>  <p>U9</p>	<p>3.705 - G - Předkmihem salto vzad prohnutě s obr. 540° do svisu na v.ž. (Hristakieva)</p>  <p>U9</p>

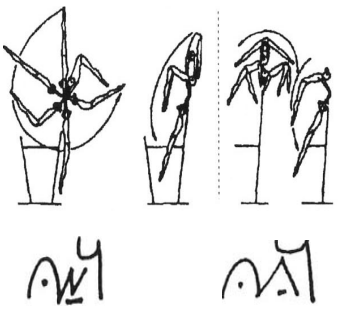
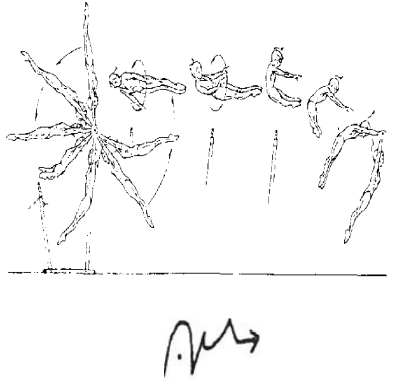
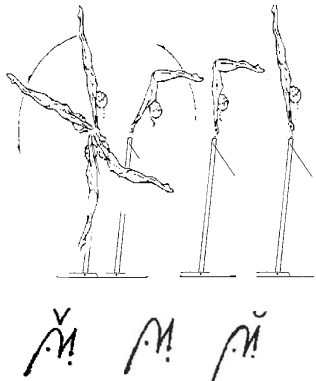
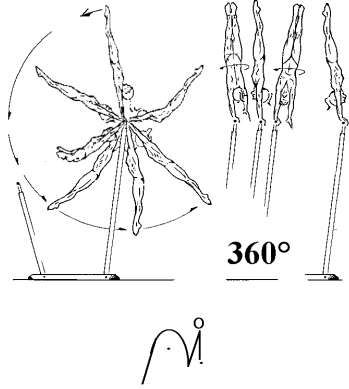
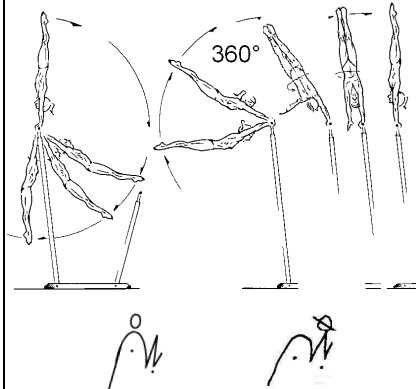
3. VELETOČE

A	B	C	D	E	F/G
	<p>3.206 Veletoč vpřed v podhmatu (také v obráceném nebo mix hmatu) do stoje na rukou, také roznožmo nebo schylmo v sestupné fázi, také s obr. 180° ve stoji na rukou</p> 	<p>3.306 Veletoč vpřed v podhmatu do stoje na rukou s obr. 360° ve stoji na rukou</p> 		<p>3.506 Veletoč vpřed v podhmatu do stoje na rukou s obr. 360° jednoru či započatým před stojem na rukou, nebo veletoč vpřed v podhmatu do stoje na rukou s obr. 540°</p> 	
		<p>3.307 Na v.ž. zády k n.ž. - přemet vpřed a zákmihem schylmo roznožmo přelet přes n.ž. s přehmatem do stoje na rukou na n.ž.</p> 	<p>3.407 Na v.ž. zády k n.ž. - přemet vpřed a zákmihem salto vpřed s obr. 180° mezi žerděmi a přehmatem na n.ž. (<i>Ejova</i>)</p> 		

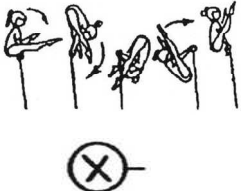
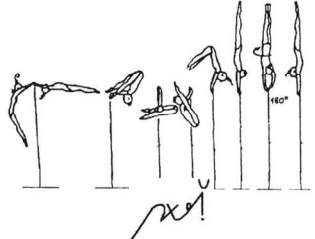

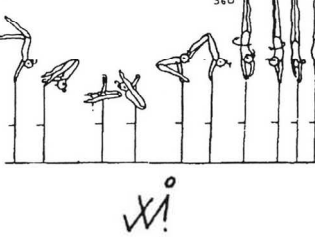
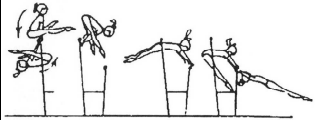
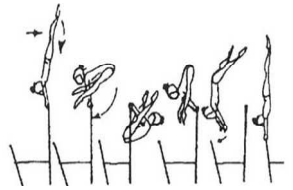
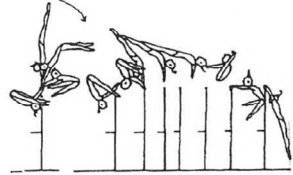


3. VELETOČE

A	B	C	D	E	F/G
		<p>3.308 Přemet mezi žerdě a zákmihem salto vpřed skrčmo do svisu na v.ž. (Jaeger salto)</p>  <p style="text-align: center;"><i>mn</i>ⁿ</p>	<p>3.408 Přemet mezi žerdě a zákmihem salto vpřed roznožmo do svisu na v.ž. (Jaeger salto roznožmo)</p>  <p style="text-align: center;"><i>mĥ</i></p> <p>Přemet mezi žerdě a zákmihem salto vpřed schylmo do svisu na v.ž. (Jaeger salto schylmo)</p>  <p style="text-align: center;"><i>mn</i></p>	<p>3.508 Přemet mezi žerdě a zákmihem salto vpřed roznožmo s obr. 180° do svisu na v.ž. (Li Ya)</p>  <p style="text-align: center;"><i>mĥ</i>^{180°}</p>	<p>3.608 - F - Přemet mezi žerdě a zákmihem salto vpřed prohnuté do svisu na v.ž. (Cappuccitti)</p>  <p style="text-align: center;"><i>nd</i></p> <p>3.708 - G - Přemet vpřed a salto vpřed skrčmo přes v.ž. do svisu na v.ž. (Mo)</p>  <p style="text-align: center;"><i>o</i></p>


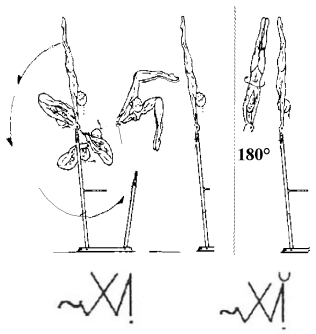
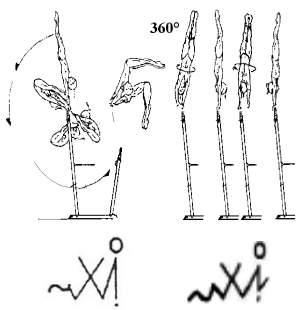
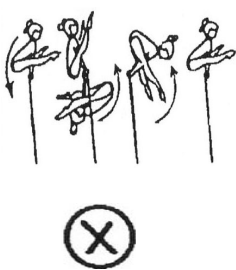
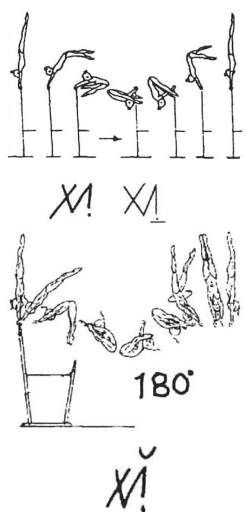
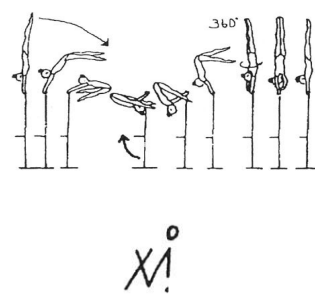
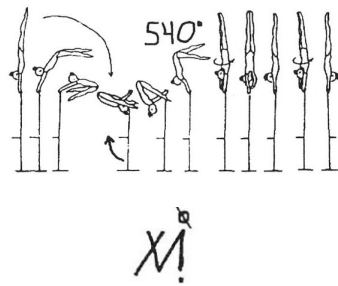
3. VELETOČE

A	B	C	D	E	F/G
		<p>3.309 Přemet vpřed a zákmihem přelet zánožmo schylmo nebo schylmo roznožmo s obr. 180° p řes v.ž. do svisu na v.ž. <i>(Zhang/Volpi)</i></p> 	<p>3.409 Přemet vpřed s obr. 180° a p řelet roznožmo vzad přes v.ž. do svisu na v.ž.</p> 		
		<p>3.310 Veletoč vpředv obráceném podhmatu do stojena rukou se schýlením nebo prohnutě, také s obr. 180°ve stojí na rukou <i>(Zaytseva)</i></p> 	<p>3.410 Veletoč vpřed v obráceném podhmatu s obr. 360°ve stojí na rukou</p> 	<p>3.510 Veletoč vpřed v obráceném podhmatu s obr. 360°jednoru č započatým před stojem na rukou a dokončeným ve stojí na rukou nebo veletoč vpřed v obráceném podhmatu s obr. 540° (<i>libovolnou technikou</i>)</p> 	

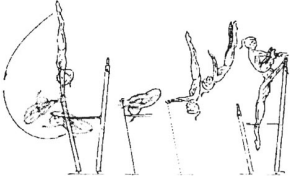
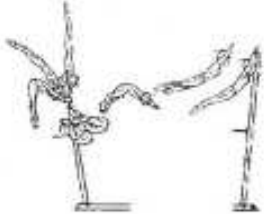
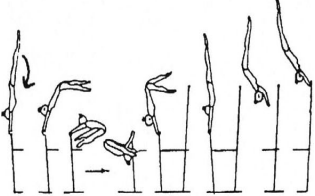

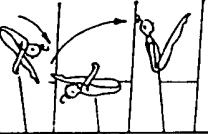
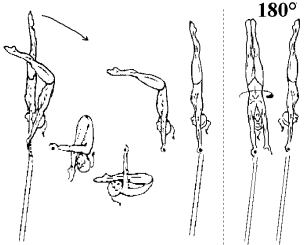
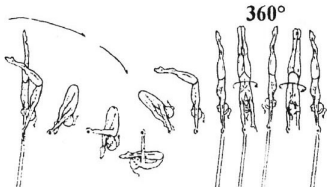
4. STALDER A ENDO TOČE

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.101 Z přednosu roznožmo vně - toč zadem vpřed do přednosu roznožmo vně</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p>	<p>4.201 Z předkmihi roznožmo vně - toč vpřed a zákmih do stoje na rukou s obr. 180°ve stoji</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p>	<p>4.301 Stalder vpřed (Endo) do stoje na rukou, také s obr. 180°ve stoji</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p>	<p>4.401 Stalder vpřed (Endo) do stoje na rukou s obr. 360°ve stoji</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p>		
	<p>4.202</p>	<p>4.302 Z přednosu roznožmo vně na v.ž. - toč zadem vzad s přehmatem do svisu na n. ž.</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p>	<p>4.402 Z přednosu roznožmo vně na v.ž. - toč zadem vzad s letovou fází do stoje na rukou na n.ž.</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p>	<p>4.502 Stalder vzad na v.ž. a přelet roznožmo vzad přes v.ž. do svisu (Říčná)</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p>	<p>4.602 Stalder vzad na v.ž. a přelet schylmo vzad přes v.ž. do svisu (Downie)</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p> <p>Stalder vzad na v.ž. a přelet roznožmo vzad přes v.ž. s obr. 180° do svisu v obráceném mix-hmatu (Derwael/Fenton)</p>  <p style="text-align: center;">⊗</p>

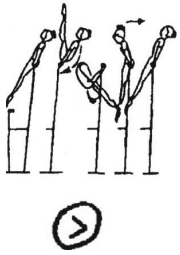
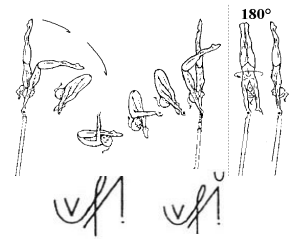
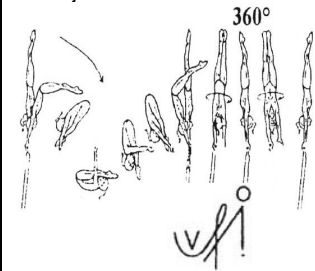
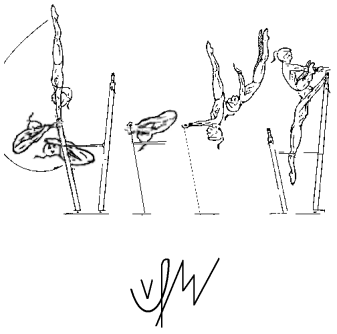
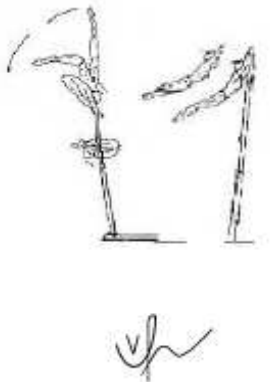
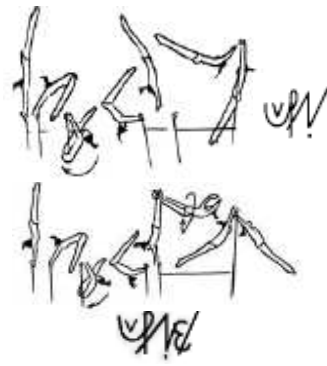
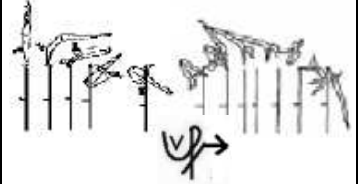

4. STALDER A ENDO TOČE

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.103 Z přednosu roznožmo vně - toč zadem vpřed do přednosu roznožmo vně v obráceném podhmatu</p> 			<p>4.403 Stalder vpřed (Endo) v obráceném podhmatu do stoje na ruku, také s obr. 180° ve stoji <i>(White)</i></p> 	<p>4.503 Stalder vpřed (Endo) v obráceném podhmatu do stoje na ruku s obr. 360° ve stoji <i>(libovolnou technikou)</i></p> 	
<p>4.104 Z přednosu roznožmo vně - toč zadem vzad do přednosu roznožmo vně</p> 		<p>4.304 Stalder vzad do stoje na ruku, také s přehmatem souruč ve stoji na ruku, nebo s obr. 180°</p> 	<p>4.404 Stalder vzad do stoje na ruku s obr. 360° ve stoji na ruku <i>(Frederick)</i></p> 	<p>4.504 Stalder vzad do stoje na ruku s obr. 540° ve stoji na ruku</p> 	

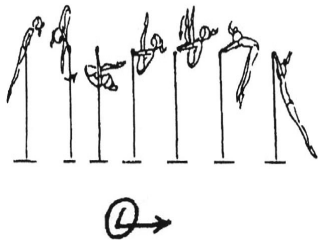
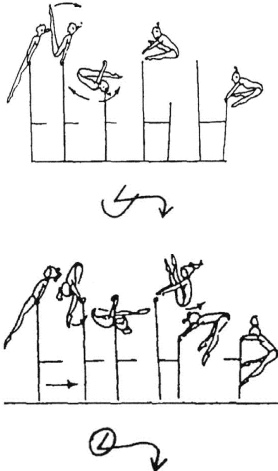
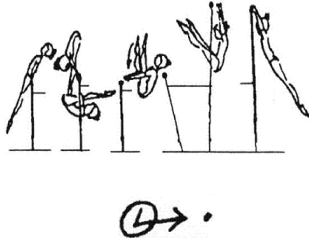




4. STALDER A ENDO TOČE

A	B	C	D	E	F/G
	<p>4.205 Na n.ž. čelem k v.ž. - Stalder vzad s kontra pohybem vpřed a přehmatem do svisu na v.ž. <i>(Ray)</i></p>  <p style="text-align: center;">XV</p>	<p>4.305 Na n.ž. čelem k v.ž. - Stalder vzad s letem a přehmatem do svisu na v.ž.</p>  <p style="text-align: center;">XVI</p>	<p>4.405 Na n.ž. zády k v.ž. - Stalder vzad přes stoj na ruku s přehmatem do svisu na v.ž.</p>  <p style="text-align: center;">XVII</p>	<p>4.505 Stalder vzadpřes stoj na rukou let s obr. 180° a přehmatem do svisu na v.ž.</p>  <p style="text-align: center;">XVIII</p>	
<p>4.106 Ze vzporu vzadu - toč zadem vpřed snožmo do vzporu vzadu</p>  <p style="text-align: center;">⊖</p>			<p>4.406 Toč vpřed schylmo snožmo do stoje na ruku (Endo schylmo), také s obr. 180°ve stoji</p>  <p style="text-align: center;">180°</p> <p style="text-align: center;">XIX</p>	<p>4.506 Toč vpřed schylmo snožmo do stoje na ruku (Endo schylmo) s obr. 360°ve stoji</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> <p style="text-align: center;">XX</p>	

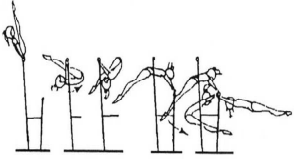

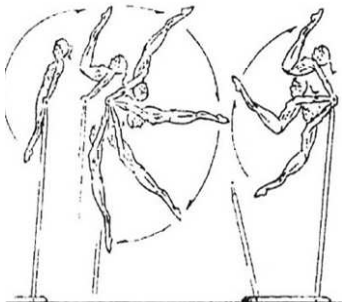

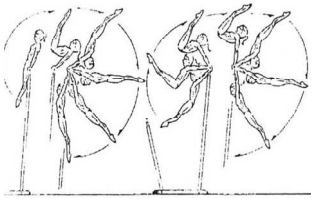







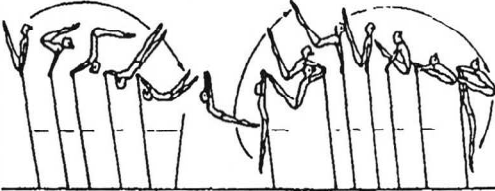


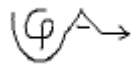
4. STALDER A ENDO TOČE

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.107 Ze vzporu vzadu - toč zadem vzad snožmo do vzporu vzadu</p> 		<p>4.307</p>	<p>4.407 Toč vzad schylmo snožmo do stoje na rukou (Stalder schylmo), také s obr. 180° ve stoji</p> 	<p>4.507 Toč vzad schylmo snožmo do stoje na rukou s obr. 360° ve stoji</p> 	
	<p>4.208 Toč vzad schylmo snožmo na n.ž. s kontra pohybem vpřed a přehmatem do svisu na v.ž.</p> 	<p>4.308 Toč vzad schylmo snožmo na n.ž. s letem a přehmatem do svisu na v.ž. (Zgoba)</p> 	<p>4.408</p>	<p>4.508 Toč vzad schylmo snožmo do stoje na rukou a let s přehmatem do svisu na v.ž., také s obr. 180° a přehmatem do svisu na v.ž. (Komova)</p>  <p>Toč vzad schylmo snožmo a přelet vzad roznožmo přes v. ž. (napřímení v bocích před letem) do svisu na v.ž. (Galante)</p> 	<p>4.608 Toč vzad schylmo snožmo a přelet vzad schylmo přes v. ž. do svisu na v.ž.</p> 

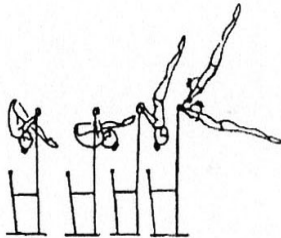
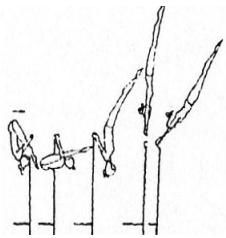
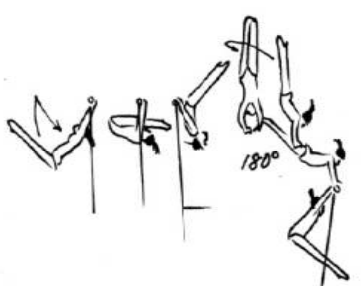
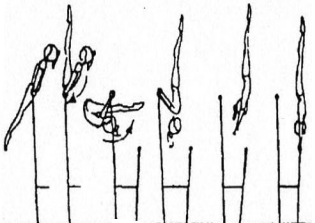
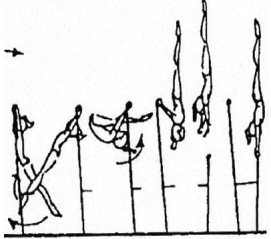
5. TOČE SCHYLMO

A	B	C	D	E	F/G
<p>5.101 Ze vzporu vzadu na n.ž. nebo v.ž. - toč zadem vpřed snožmo s přešvihem roznožmo vzad do svisu na stejné žerdi</p> 	<p>5.301 Ze vzporu vzadu na v.ž. zády k n.ž. - spád vzad do svisu vynesmo vzadu a zákmihem přelet roznožmo vzad s přehmatem do svisu na n.ž. nebo toč zadem vpřed a přelet roznožmo vzad s přehmatem do svisu na n.ž.</p>  <p>Ze vzporu vzadu na n.ž. - toč zadem vpřed a přešvih roznožmo vzad s přehmatem do svisu na v.ž.</p> 	<p>5.501 Přešvih schylmo a toč zadem vpřed do vznosu v obráceném podhmatu s výkrutem ve stoji na rukou (Luo) (odchylka do 30° povolena), také s obr. 180° (Luo)</p> 	<p>5.501 Přešvih schylmo a toč zadem vpřed do vznosu v obráceném podhmatu s výkrutem ve stoji na rukou (Luo) (odchylka do 30° povolena), také s obr. 180° (Luo)</p> 	<p>5.501 Přešvih schylmo a toč zadem vpřed do vznosu v obráceném podhmatu s výkrutem ve stoji na rukou (Luo) (odchylka do 30° povolena), také s obr. 180° (Luo)</p> 	<p>5.501 Přešvih schylmo a toč zadem vpřed do vznosu v obráceném podhmatu s výkrutem ve stoji na rukou (Luo) (odchylka do 30° povolena), také s obr. 180° (Luo)</p> 

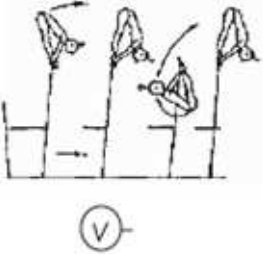
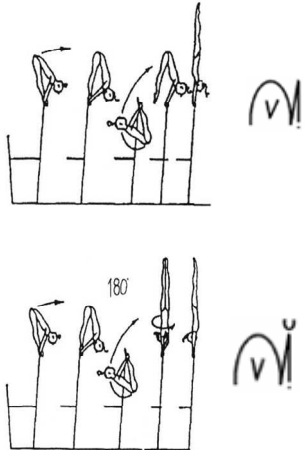
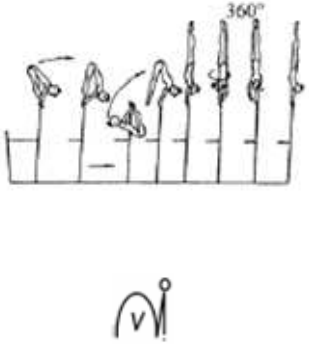
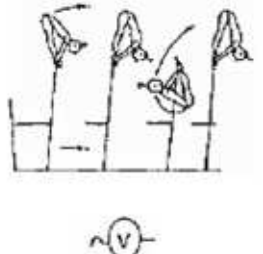
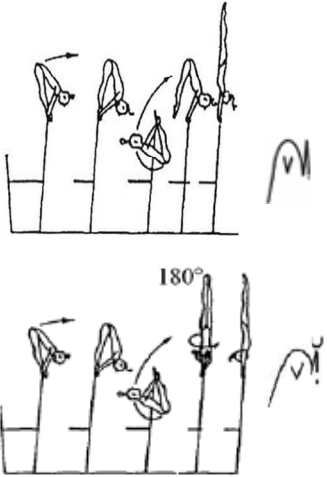
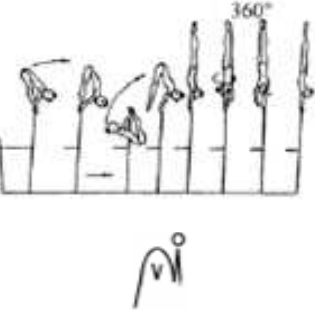
5. TOČE SCHYLMO

A	B	C	D	E	F/G
	<p>5.202 Ze vzporu vzadu na v.ž. čelem k n.ž. - toč zadem vzad snožmo s přehmatem do svisu na n.ž.</p>  	<p>5.302 Ze vznosu na v.ž. - veletoč zadem vzad snožmo do vzporu vzadu bez dotyku žerdě (Steinemann toč)</p>  	<p>5.402 Ze vznosu na v.ž. - veletoč zadem vzad s odkmihem vzad do svisu vzadu na v.ž. <i>(Mirgorodskaja)</i></p>   <p>Ze stoje na rukou na v.ž. toč vzad schylmo snožmo do vzporu vzadu <i>(Krasnyanska)</i></p>  	<p>5.502 Ze vznosu na v.ž. - veletoč zadem vzad a salto vzad prohnuté mezi žerděmi s přehmatem do vzporu bez dotyku žerdě na n.ž. <i>(Teza)</i> - veletoč zadem vzad s obr. 180° a letem přehmat do stoje na rukou na n.ž.</p>    	
		<p>5.303 Ze vznosu na v.ž. - veletoč zadem vzad snožmo a přešvih schylmo vzad přes v.ž. do svisu na v.ž. <i>(Li Li)</i></p>  	<p>5.403 Ze vznosu na v.ž. - veletoč zadem vzad snožmo a přelet roznožmo vzad přes v.ž. do svisu na v.ž. <i>(Li Li)</i></p>  		

5. TOČE SCHYLMO

A	B	C	D	E	F/G
<p>5.104 Ze svisu vynesmo vzadu na v.ž. - výkrut vzad do svisu na v.ž.</p>  <p style="text-align: center;">9/1</p>		<p>5.304 Ze svisu vynesmo vzadu na v.ž. - výkrut vzad do polohy blízko stoji na rukou s přehmatem souruč do nadhmatu na v.ž.</p>  <p style="text-align: center;">9/1</p> <p>Ze svisu vynesmo vzadu na v.ž. - výkrut vzad do polohy blízko stoji na rukou s obr. 180° v letu mezi žerděmi a s přehmatem na n.ž. <i>(Alt)</i></p>  <p style="text-align: center;">9/1</p>	<p>5.404 Ze vzporu vynesmo vzadu na v.ž. zády k n.ž. nebo ze svisu - přešvihem schylmo - výkrut vzad s přehmatem do stoje na rukou na n.ž. (Zuchold-výkrut)</p>  <p style="text-align: center;">9/2</p>  <p style="text-align: center;">9/2</p>		

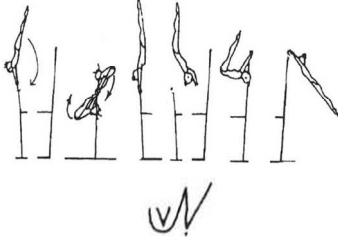
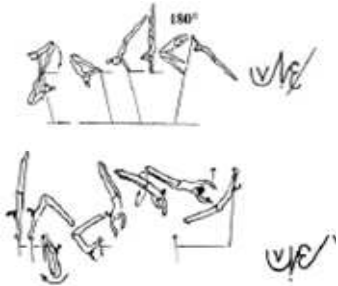
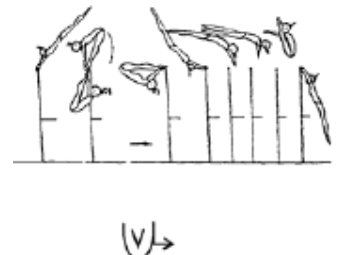

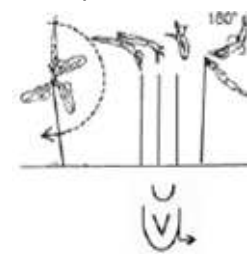


5. TOČE SCHYLMO

A	B	C	D	E	F/G
<p>5.105 Ze vzporu stojmo – toč vpřed (schylmo nebo schylmo roznožmo)</p> 		<p>5.305 Ze vzporu stojmo - toč vpřed do stoje na rukou v podhmatu, také s obr. 180° ve stoji</p> 	<p>5.405 Ze vzporu stojmo - toč vpřed do stoje na rukou v podhmatu s obr. 360° ve stoji <i>(Hoefnagel)</i></p> 		
<p>5.106 Ze vzporu stojmo – toč vpřed (schylmo nebo schylmo roznožmo) v obráceném podhmatu</p> 		<p>5.306 Ze vzporu stojmo - toč vpřed do stoje na rukou v obráceném podhmatu, také s obr. 180° ve stoji</p> 	<p>5.406 Ze vzporu stojmo - toč vpřed do stoje na rukou v obráceném podhmatu s obr. 360° ve stoji</p> 		

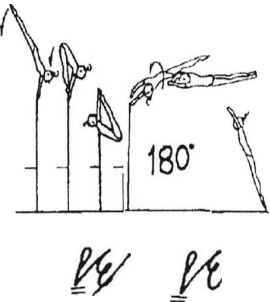
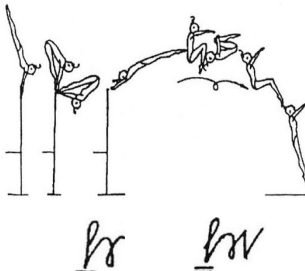
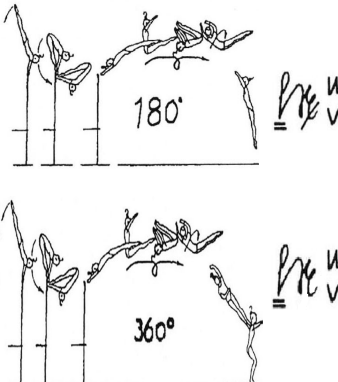
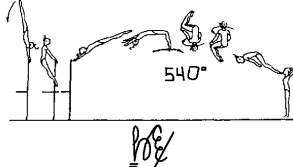
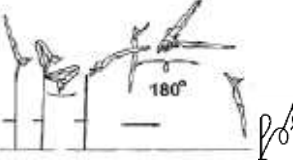
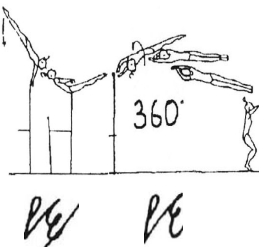
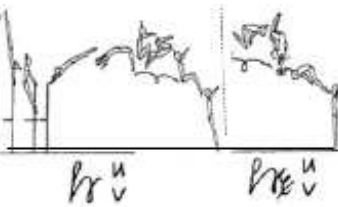

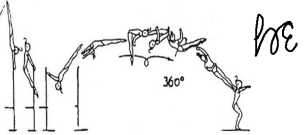
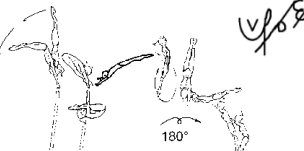

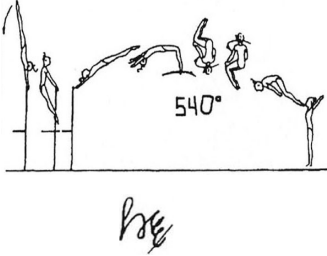
5. TOČE SCHYLMO

A	B	C	D	E	F/G
	<p>5.207 Ze vzporu stojmo na n.ž. - kmih podmetmo s kontra pohybem a přehmatem do svisu na v.ž.</p> <p style="text-align: center;"><u>PW</u></p>	<p>5.307 Ze vzporu stojmo na n.ž. nebo v.ž. - kmih podmetmo s obr. 540° ve výši žerdi do svisu na stejné žerdi (Burda)</p> <p style="text-align: center;"><u>VE</u></p>			<p>5.607 - F - Ze vzporu stojmo na v.ž. zády k n.ž. - kmihem podmetmo salto vpřed schylmo oznožmo do svisu na v.ž. (Counter Kim) (Kim)</p> <p style="text-align: center;"><u>by</u></p>
<p>5.108 Ze vzporu stojmo - toč vzad (schylmo nebo schylmo roznožmo)</p> <p style="text-align: center;">(V)</p>		<p>5.308 Ze vzporu stojmo - toč vzad do stoje na rukou, také s přehmatem souruč do podhmatu ve stoji, také s obr. 180° ve stoji</p> <p style="text-align: center;"><u>VI</u></p> <p style="text-align: center;"><u>VI</u></p> <p style="text-align: center;"><u>VI</u></p>	<p>5.408 Ze vzporu stojmo toč vzad do stoje na rukou s obr. 360° ve stoji</p> <p style="text-align: center;"><u>VI</u></p>	<p>5.508 Ze vzporu stojmo toč vzad do stoje na rukou s obr. 540° ve stoji (Lucke)</p> <p style="text-align: center;"><u>VI</u></p>	

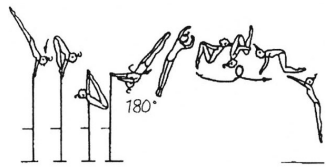
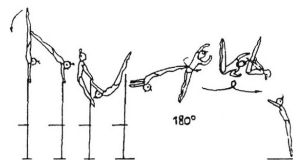
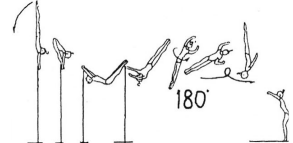
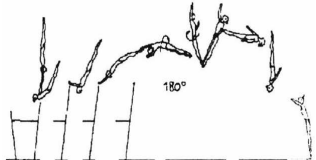
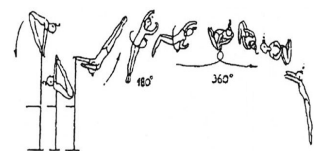
5. TOČE SCHYLMO

A	B	C	D	E	F/G
			<p>5.409 Ze vzporu stojmo na n.ž. zády k v.ž. - toč vzad do stoje na rukou a letem přehmat do svisu na v.ž. (Maloney)</p> 	<p>5.509 Ze vzporu stojmo na n.ž. zády k v.ž. - toč vzad do stoje na rukou a letem přehmat s obr.180° (Van Leeuwen) nebo 360° do svisu na v.ž. (Seitz)</p> 	<p>5.609</p>
			<p>5.410 Ze stoje na rukou na v.ž. - toč vzad ve vzporu stojmo a přelet roznožmo vzad přes v.ž. do svisu na v.ž. (Ray)</p> 	<p>5.510 Ze stoje na rukou na v.ž. - toč vzad ve vzporu stojmo a přelet schylmo vzad přes v.ž. do svisu na v.ž. (Church)</p>  <p>Ze stoje na rukou na v.ž. - toč vzad ve vzporu stojmo a přelet roznožmo vzad přes v.ž. s obr. 180° do svisu na v.ž. v mix L-hmatu (Tweddle)</p> 	<p>5.610 - F - Ze stoje na rukou na v.ž. - toč vzad ve vzporu stojmo a přelet vzad přes v.ž. (s toporným držením těla nad v.ž.) do svisu na v.ž. (Nabieva)</p>  <p>5.710 - G - Ze stoje na rukou na v.ž. - toč vzad ve vzporu stojmo a přelet vzad přes v.ž. (s toporným držením těla nad v.ž.) s obr. 180° do svisu na v.ž. v mix L-hmatu (Derwael)</p> 

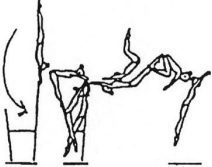
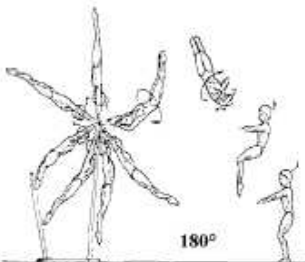
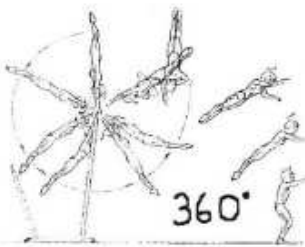
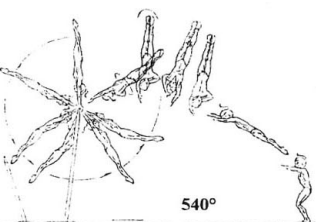
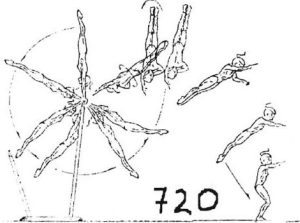
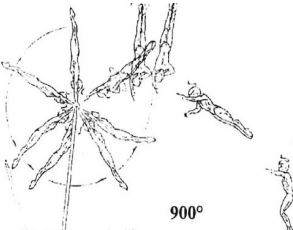
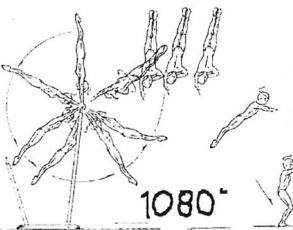
6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
<p>6.101 Ze vzporu stojmo na v.ž. - podmet s obr. 180° nebo 360°</p> 	<p>6.201 Ze vzporu stojmo na v.ž. - podmet a salto vpřed skrčmo nebo schylmo</p> 	<p>6.301 Ze vzporu stojmo na v.ž. - podmet a salto vpřed skrčmo nebo schylmo s obr. 180° i s obr. 360°</p> 	<p>6.401 Ze vzporu stojmo na v.ž. - podmet a salto vpřed skrčmo s obr. 540°</p>  <p>Ze vzporu stojmo na v.ž. - podmet a salto vpřed prohnuté s obr. 180° (Moors)</p> 		
<p>6.102 Ze vzporu na v.ž. - podmet s obr. 180° nebo 360°</p> 		<p>6.302 Ze vzporu na v.ž. - podmet a salto vpřed skrčmo nebo schylmo, také s obr. 180°</p>  <p>Toč vzad roznožmo vně (stalder) a salto vpřed skrčmo, (Plichta) také s obr. 180° (Alt)</p> 	<p>6.402 Ze vzporu na v.ž. - podmet a salto vpřed skrčmo s obr. 360°</p>  <p>Toč vzad schylmosnožmo (stalder snožmo) a salto vpřed prohnuté s obr. 180° (Brunner)</p>  <p>Toč vzad roznožmo vně (stalder) a salto vpřed skrčmo s obr. 360° z v.ž. (Petz)</p> 	<p>6.502 Ze vzporu na v.ž. - podmet a salto vpřed skrčmo s obr. 540°</p> 	

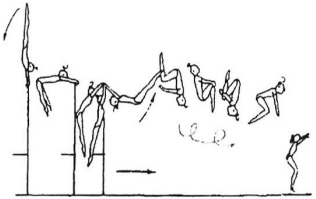
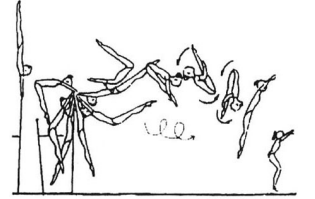
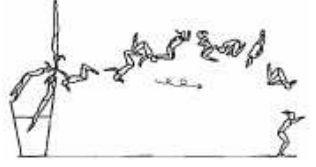


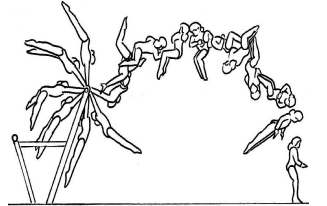
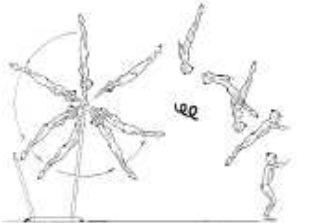
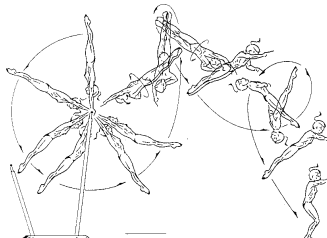
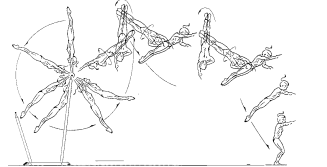
6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>6.203</p>	<p>6.303 Ze vzporu stojmo na v.ž. - kmih podmetno s obr. 180° a salto vzad skrčmo nebo schylmo (Comaneci)</p>  <p style="text-align: center;"><u>hiev^u</u></p> <p>Ze vzporu na v.ž. - kmih podmetno (bez dotyku boků) s obr. 180° a salto vzad skrčmo nebo schylmo</p>  <p style="text-align: center;"><u>hiev^u</u></p>	<p>6.403 Ze vzporu stojmo na v.ž. - kmih podmetno s obr. 180° a salto vzad prohnutě</p>  <p style="text-align: center;"><u>hiev</u></p> <p>Ze vzporu na v.ž. - kmih podmetno (bez dotyku boků) s obr. 180° a salto vzad prohnutě (Okino)</p>  <p style="text-align: center;"><u>hiev</u></p> <p>Ze vzporu stojmo na v.ž. - kmih podmetno s obr. 180° a salto vzad skrčmo s obr. 360° (Kraeker)</p>  <p style="text-align: center;"><u>hiev</u></p>		

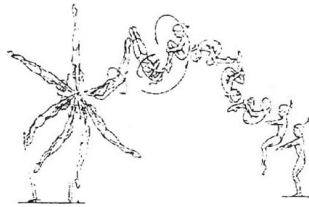

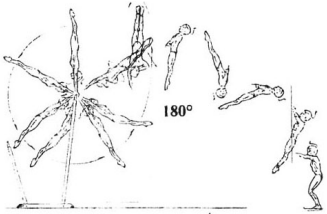

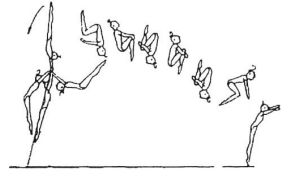
6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
<p>6.104 Odkmih mezi žerdě a předkmihem salto vzad skrčmo, schylmo nebo prohnutě</p>  <p style="text-align: center;"><i>U. E. H. V.</i></p>	<p>6.204 Odkmih mezi žerdě a předkmihem salto vzad skrčmo nebo prohnutě s obr. 180° nebo s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;"><i>U. E. H. V.</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>U. E. H. V.</i></p>	<p>6.304 Odkmih mezi žerdě a předkmihem salto vzad prohnutě s obr. 540° nebo 720°</p>  <p style="text-align: center;"><i>U. E. H. V.</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>U. E. H. V.</i></p>	<p>6.404 Odkmih mezi žerdě a předkmihem salto vzad prohnutě s obr. 900° <i>(Ji)</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>U. E. H. V.</i></p>	<p>6.504 Odkmih mezi žerdě a předkmihem salto vzad prohnutě s obr. 1080° <i>(Bar)</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>U. E. H. V.</i></p>	

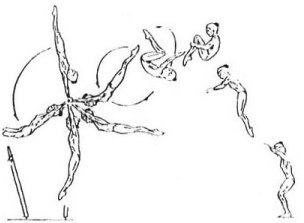
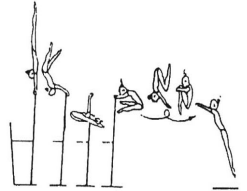
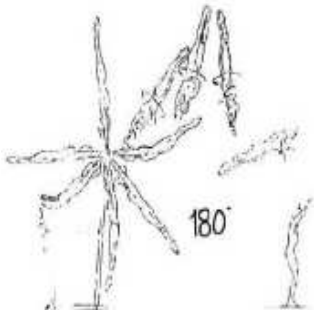
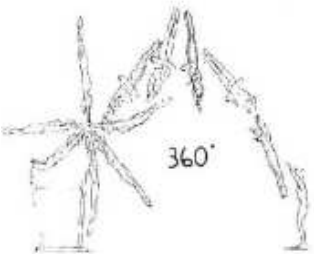
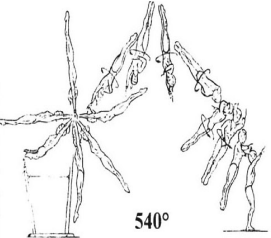


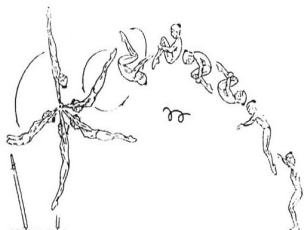
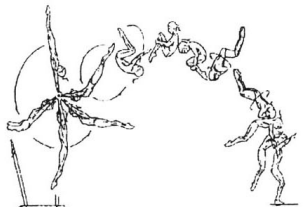
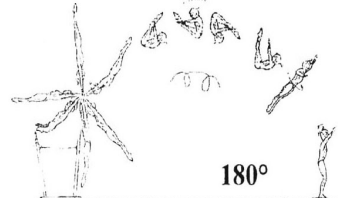
6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>6.205 Odkmih mezi žerdě a předkmihem dvojně salto vzad skrčmo</p>  <p style="text-align: center;">Ull</p>	<p>6.305 Odkmih mezi žerdě a předkmihem dvojně salto vzad schylmo</p>  <p style="text-align: center;">Ull</p>	<p>6.405 Odkmih mezi žerdě a předkmihem dvojně salto vzad skrčmo nebo schylmo s obr. 360° v prvním saltu (Morio) nebo v druhém saltu (Chusovitina)</p>  <p style="text-align: center;">Ull¹¹</p>  <p style="text-align: center;">Ull</p>	<p>6.505 Odkmih mezi žerdě a předkmihem dvojně salto vzad skrčmo s obr. 540° (Mustafina)</p>  <p style="text-align: center;">Ull</p>	<p>6.605 - F - Odkmih mezi žerdě a předkmihem dvojně salto vzad skrčmo s obr. 720° (Fabrichnova)</p>  <p style="text-align: center;">Ull</p>
			<p>6.406 Odkmih mezi žerdě a předkmihem dvojně salto vzad prohnutě</p>  <p style="text-align: center;">Ull</p>	<p>6.506 Odkmih mezi žerdě a předkmihem dvojně salto vzad prohnutě s obr. 360° v prvním nebo druhém saltu</p>  <p style="text-align: center;">Ull Ull</p>	<p>6.706 - G - Odkmih mezi žerdě a předkmihem dvojně salto vzad prohnutě s obr. 720° (Ray)</p>  <p style="text-align: center;">Ull</p>

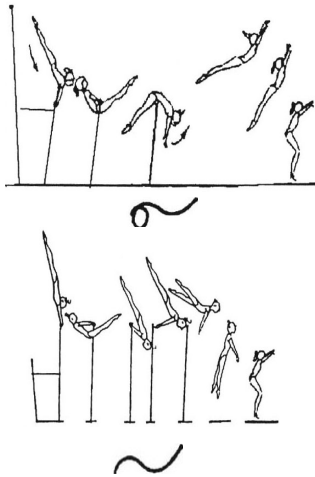
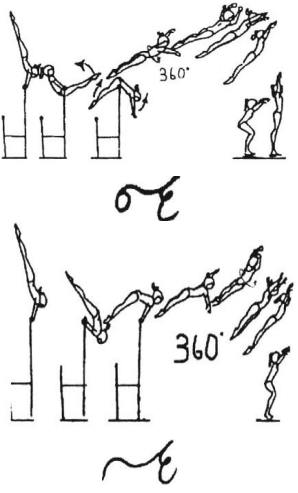
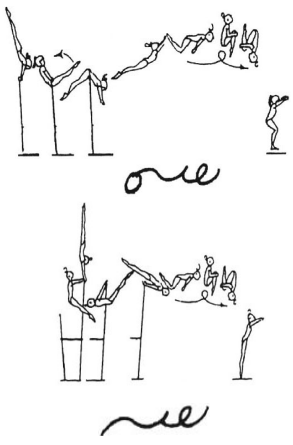
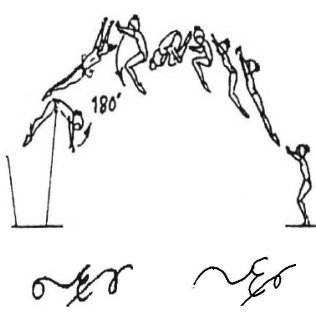
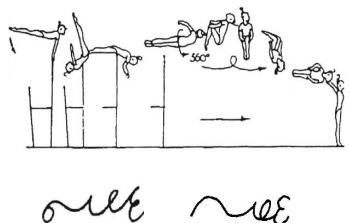
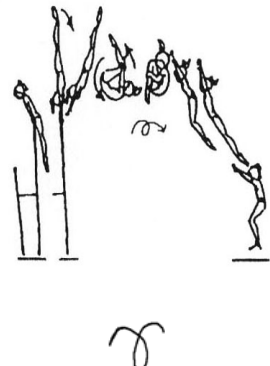

6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
			<p>6.407 Odkmih mezi žerdě a předkmihem salto vzad skrčmo s obr. 180° a salto vpřed skrčmo (Fontaine)</p>  <p style="text-align: center;"><i>Uepp</i></p> <p>Odkmih mezi žerdě a předkmihem obr. 180° a dvojně salto vpřed skrčmo</p>  <p style="text-align: center;"><i>Uepp</i></p>	<p>6.507 Odkmih mezi žerdě a předkmihem salto vzad prohnutě s obr. 180° a salto vpřed prohnutě (Blanco)</p>  <p style="text-align: center;"><i>Uepp</i></p> <p>Odkmih mezi žerdě a předkmihem obr. 180° a dvojně salto vpřed schylmo (Giovannini/Li Ya)</p>  <p style="text-align: center;"><i>Uepp</i></p>	<p>6.707 - G - Odkmih mezi žerdě a předkmihem trojně salto vzad skrčmo (Magaña)</p>  <p style="text-align: center;"><i>Ueee</i></p>

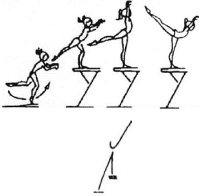
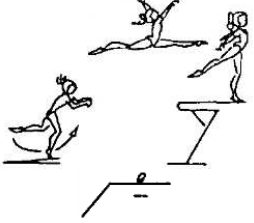
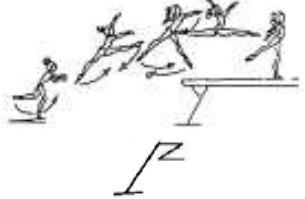
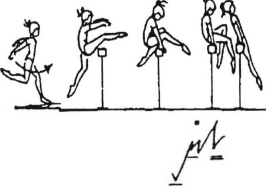
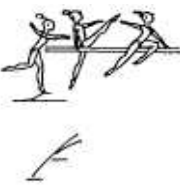
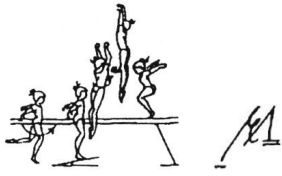

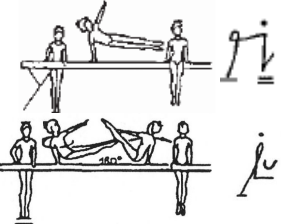
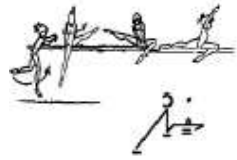
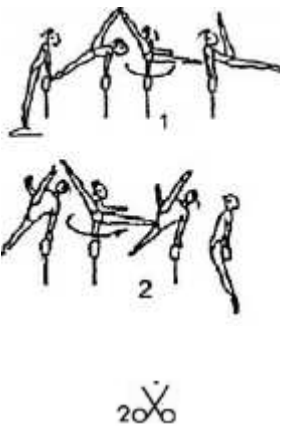



6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
<p>6.108 Přemet mezi žerdě v podhmatu a zákmihem salto vpřed skrčmo, schylmo i prohnuté nebo spád vpřed do svisu vnesmo roznožmo vně a salto vpřed skrčmo</p>  <p style="text-align: center;">A. 108</p>  <p style="text-align: center;">A. 108</p>	<p>6.208 Přemet mezi žerdě v podhmatu a zákmihem salto vpřed skrčmo nebo prohnuté s obr. 180° nebo s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;">180°</p> <p style="text-align: center;">A. 208</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> <p style="text-align: center;">A. 208</p>	<p>6.308 Přemet mezi žerdě v podhmatu a zákmihem salto vpřed prohnuté s obr. 540° (Pechstein), také s obr. 720°</p>  <p style="text-align: center;">540°</p>  <p style="text-align: center;">720°</p> <p style="text-align: center;">A. 308</p> <p style="text-align: center;">A. 308</p> <p>Přemet mezi žerdě v obráceném podhmatu, zákmihem obr. 180° a dvojně salto vzad skrčmo (Fan)</p>  <p style="text-align: center;">A. 308</p>	<p>6.408 Přemet mezi žerdě v podhmatu nebo obráceném podhmatu a zákmihem dvojně salto vpřed skrčmo</p>  <p style="text-align: center;">A. 408</p>	<p>6.508 Přemet mezi žerdě v podhmatu nebo obráceném podhmatu a zákmihem dvojně salto vpřed skrčmo s obr. 180° (Arai), také salto vpřed s obr. 180° a salto vzad skrčmo</p>  <p style="text-align: center;">A. 508</p> <p style="text-align: center;">A. 508</p>	<p>6.608 - F - Přemet mezi žerdě v podhmatu nebo obráceném podhmatu a zákmihem dvojně salto vpřed schylmo s obr. 180° (Péntek)</p>  <p style="text-align: center;">180°</p> <p style="text-align: center;">A. 608</p>

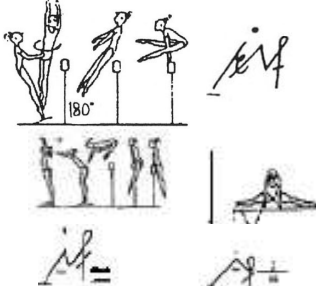
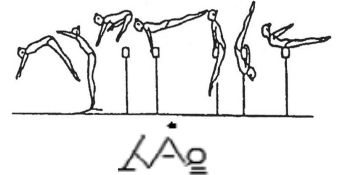
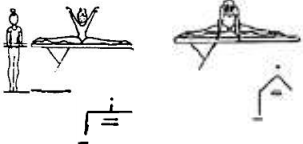
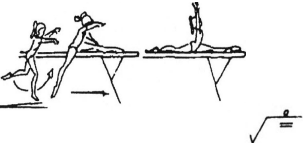
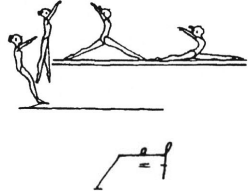
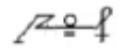
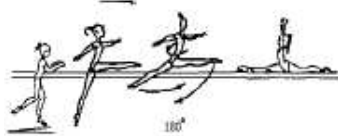
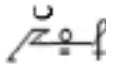
6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>6.209 Ze vzporu na n.ž. nebo v.ž. - toč vzad a letka nebo přemyková letka</p> 	<p>6.309 Ze vzporu na n.ž. nebo v.ž. - toč vzad a letka nebo přemyková letka s obr. 360°</p> 	<p>6.409 Ze vzporu na n.ž. nebo v.ž. - toč vzad a letka nebo přemyková letka a salto vzad skrčmo (Mukhina)</p> 	<p>6.509 Toč vzad na n.ž. nebo v.ž. - letka nebo přemyková letka s obr. 180° a salto vpřed skrčmo</p> 	<p>6.609 - F - Toč vzad na n.ž. nebo v.ž. - letka nebo přemyková letka s obr. 360° a salto vzad (Ma)</p> 
	<p>6.210 Ze vzporu na v.ž. - zákmih a salto vpřed skrčmo</p> 	<p>6.310 Ze vzporu na v.ž. čelem k n.ž. - zákmih a salto vpřed schylmo nebo salto vzad skrčmo nebo schylmo (Delladio/Parolari)</p> 			

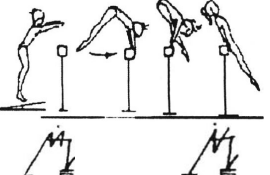

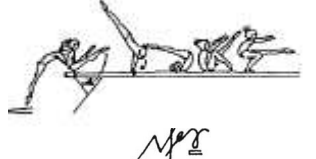
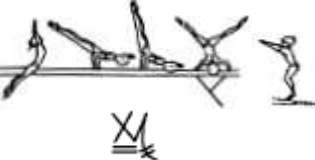

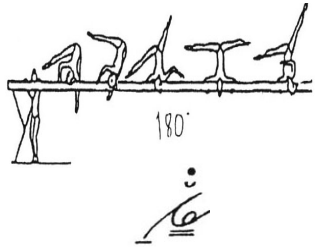
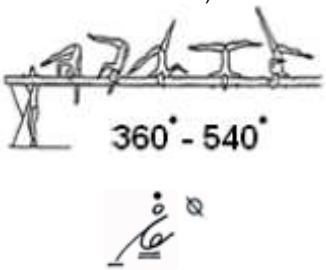
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.101(G) Odrazem jednož – náskok do stoje jednož (noha v zanožení minimálně v úrovni horizontály)</p> 	<p>1.201(G) Dálkový skok odrazem jednož (180°)</p> 		<p>1.401(G) Odrazem jednož – náskok s výměnou nohou (švihová noha v úhlu 45°) do stoje jednož</p> 		
<p>1.102(G) Z rozběhu čelně odrazem jednož - přešvih střížný přednožmo pokrčmo do vzporu vzadu (švédská přednožka) - nebo Z rozběhu příčné nůžkový skok přes kladinu do sedu bočně</p> 		<p>1.302(G) Odrazem snožmo - náskok s obr. 180° v letové fázi do stoje</p> 	<p>1.402(G) Z rozběhu bočně nebo příčně odrazem snožmo - náskok s letovou fází a obr. 360° do stoje</p> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>(G) = bude započten jako gymnastický prvek</p> </div>	
<p>1.103 Ze vzporu stojmo čelně - výšvih odbočmo do vzporu vzadu, také s obr. 180°</p>  <p>Ze vzporu stojmo čelně odrazem snožmo – obrát o 270° ve vzporu do sedu bočně</p> 	<p>1.203</p>	<p>1.303 Ze vzporu stojmo čelně odrazem snožmo – dvě létající stříže</p> 	<p>1.403 Ze vzporu stojmo čelně odrazem snožmo tři létající stříže (Homma)</p>  <p>Ze vzporu stojmo čelně odrazem snožmo - dvě kola odbočmo a spojitě kolo odbočmo s roznožením (americké stříže) (Baitova)</p>  		

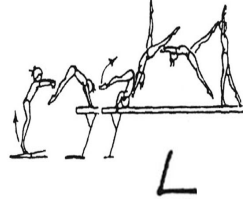
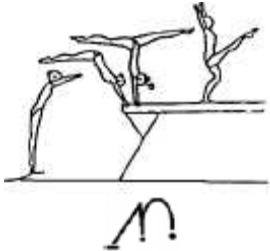
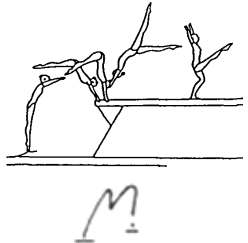
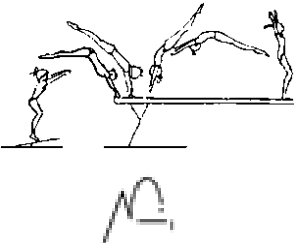
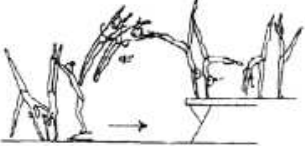
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>1.204(G) Z rozběhu čelně odrazem snožmo - náskok s obr. 180° do vzporu roznožmo vně nebo - odrazem snožmo - přešvih roznožmo vzad do vzporu nebo do čelného rozštěpu(sedu roznožmo čelně)</p> 	<p>1.304(G) Z rozběhu čelně - rondat - přešvih roznožmo vzad do vzporu a toč vzad</p> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>(G) = bude započten jako gymnastický prvek</p> </div>		
<p>1.105(G) Náskok - opora rukou povolena - do čelného rozštěpu (konečná poloha - ruce se nedotýkají kladiny) nebo do "placky" (trup se musí dotýkat kladiny)</p>  <p>Z rozběhu příčně odrazem snožmo nebo jednož - náskok do bočného rozštěpu (opora rukou povolena)</p> 		<p>1.305(G) Z rozběhu příčně odrazem snožmo - náskok do bočného rozštěpu, (bez dotyku rukou)</p>  <p>Z rozběhu příčně odrazem jednož - náskok s výměnou nohou do bočného rozštěpu, (bez dotyku rukou) (Dick)</p> 	<p>1.405(G) Z rozběhu příčně - náskok s výměnou nohou a obratem . 180° do bočného rozštěpu (bez dotyku rukou) (Dick)</p>  		

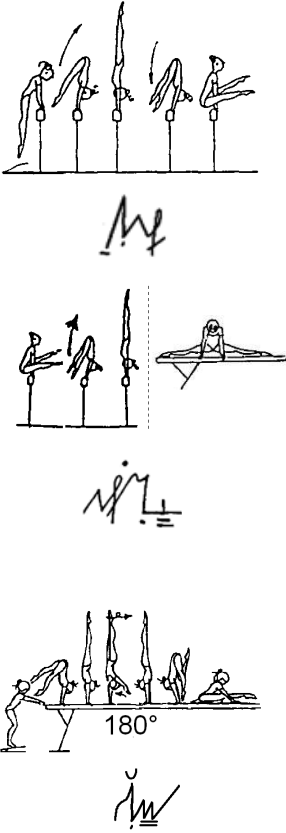
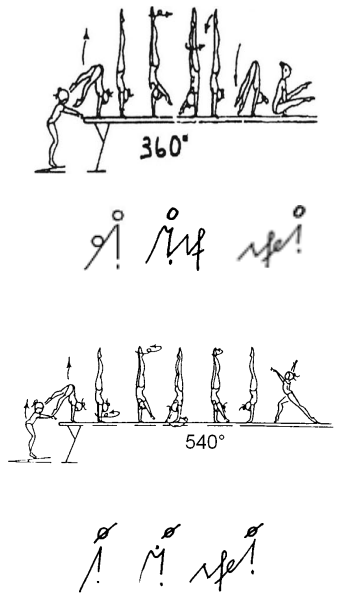
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.106 Ze vzporu stojmo čelně nebo z rozběhu odrazem snožmo - přešvih skrčmo nebo schylmo do vzporu vzadu</p> 	<p>1.206</p>				
	<p>1.207 Z rozběhu bočně nebo příčně odrazem snožmo - kotoul</p>  <p>Náskok do přednosu roznožmo vně a zášvihem kotoul</p> 				
<p>1.108 Náskok přemetem stranou se skrčenými pažemi a oporou o hrudník</p>  <p>Ze vzporu stojmo čelně odrazem snožmo - klik střemhlav - oporou o hrudník</p> 	<p>1.208 Ze vzporu stojmo čelně odrazem snožmo - náskok s obr. 180° do stoje na ramenou a obr. 180° (<i>Silivas</i>)</p> 	<p>1.308 Ze vzporu stojmo čelně odrazem snožmo - náskok s obr. 180° do stoje na ramenou a obr. 360° nebo 540° do stoje na ramenou (kotoul na ramenou prohnuté s obr. 360° nebo 540°)</p> 			

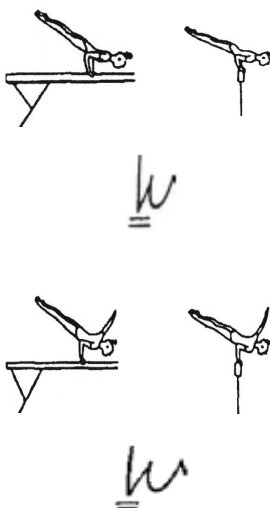
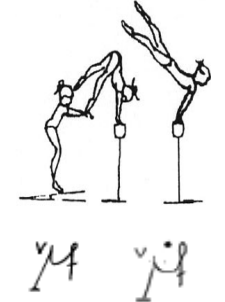

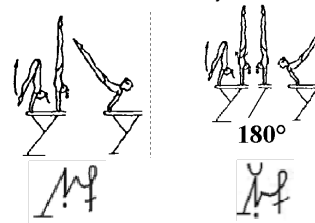
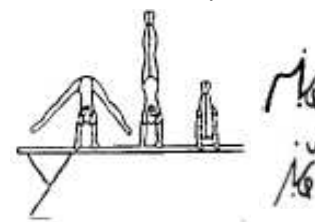
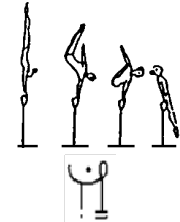
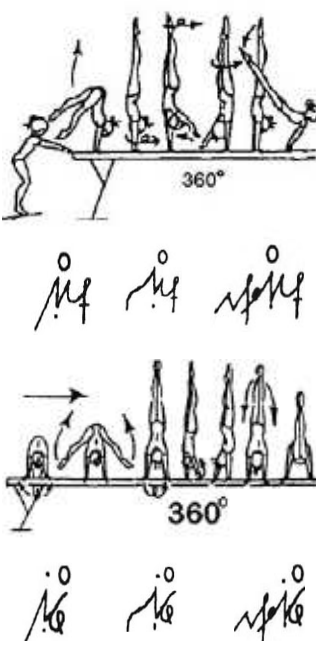
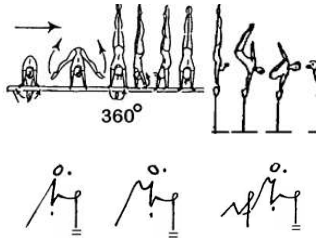
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>1.209</p>	<p>1.309 Z rozběhu bočně odrazem snožmo - kotoul vzklpomo</p>  <p style="text-align: center;">L</p> <p>Z rozběhu bočně odrazem snožmo - náskok do stoje na rukou (vysazeně) a přemet vpřed</p>  <p style="text-align: center;">M</p> <p>Z rozběhu bočně odrazem snožmo - náskok do stoje na rukou (vysazeně) a přemet vpřed s letovou fází – doskok jednož i snožmo</p>  <p style="text-align: center;">M</p>  <p style="text-align: center;">M</p>		<p>1.509</p>	<p>1.609 - F - Z rozběhu bočně – rondat přemet vzad s obr. 180° a přemet vpřed (Dunn)</p>  <p style="text-align: center;">M</p>

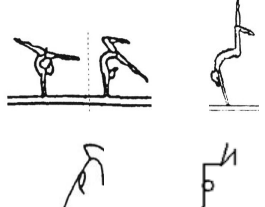
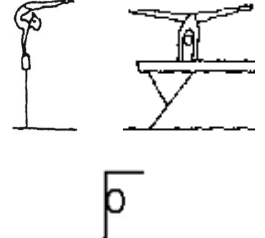
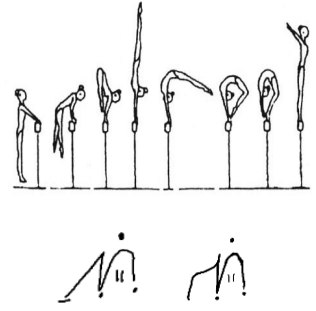
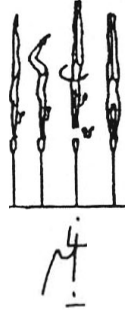
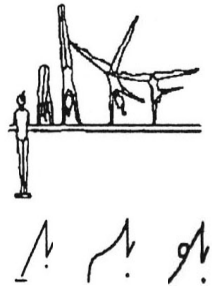
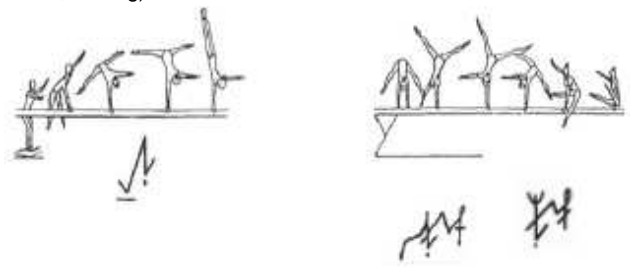
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>1.210 Ze vzporu stojmo čelně nebo bočně, také z přednosu roznožmo vně nebo ze vznosu - odrazem, zdvihem nebo zákmihem stoj na rukou (2 s) do libovolné polohy nebo do vzporu roznožmo vně, také s obr. 180° ve stoji na rukou</p> 	<p>1.310 Ze vzporu stojmo čelně nebo bočně - odrazem, zdvihem nebo zákmihem stoj na rukou s obr. 360° - 540° do libovolné polohy nebo do vzporu roznožmo vně</p> 			


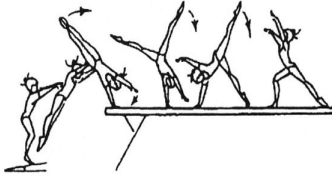
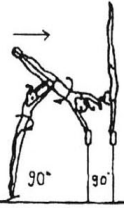
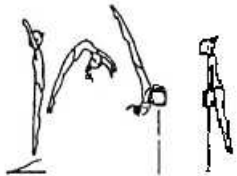
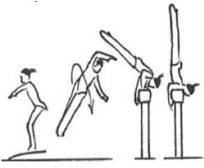
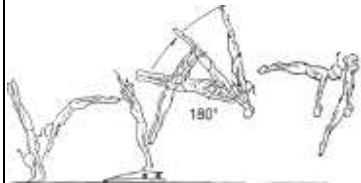
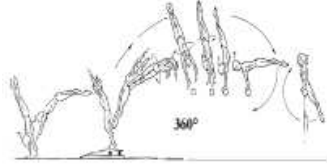
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.111 Váha oporem o předloktí bočně i čelně obouruč i jednoruč (2 s), také s bočným roznožením</p> 	<p>1.211 Ze vzporu stojmo čelně - odrazem snožmo vysazeně váha vzporem (min 45° nad horizontálou) (2 s)</p> 	<p>1.311 Ze vzporu stojmo čelně - odrazem snožmo prohnuté váha vzporem (2s) (Shushunova)</p>  <p>Odrazem, zdvihem, zákmihem stoj na rukou bočně či čelně - váha vzporem (2 s), také s obr. 180° ve stoji na rukou</p>  <p>Odrazem, zdvihem, zákmihem stoj na rukou a průvlek do vznosu (2s), také s obr. 180° ve stoji na rukou</p>  <p>Odrazem, zdvihem, zákmihem stoj na rukou (2s), přešvih únožmo do vzporu vzadu nebo doskok na 1 nohu, také s obr. 180° ve stoji na rukou (Li Yifang)</p> 	<p>1.411 Ze vzporu stojmo čelně nebo bočně - odrazem, zdvihem nebo zákmihem stoj na rukou s obr. 360° do váhy vzporem (2s) nebo do vznosu (2 s)</p>  <p>Odrazem, zdvihem nebo zákmihem stoj na rukou bočně či čelně s obr. 360° - přešvih únožmo do vzporu vzadu</p> 		

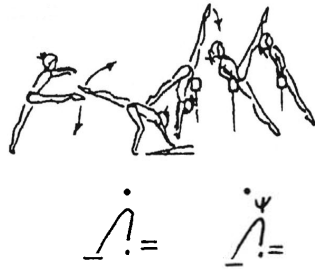
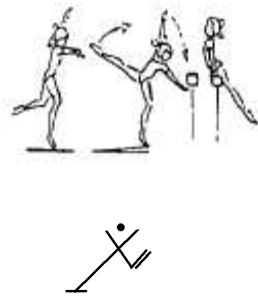
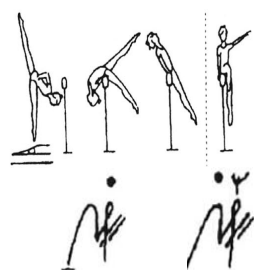
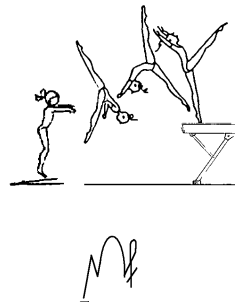
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
		<p>1.312 Stoj na rukou prohnuté bočně (2 s), také schylmo s přednožením jedné a skrčením druhé (2 s)</p>  <p>Stoj na rukou prohnuté, nohy ve vodorovné poloze snožmo nebo roznožmo (2 s)</p> 	<p>1.412 Ze vzporu stojmo čelně - odrazem snožmo nebo zdvihem stoj na rukou čelně - přemet vpřed snožmo (<i>Philips</i>)</p> 		
	<p>1.213 Zvolna stoj na rukou čelně - skrčením a napnutím nohou a odrazem souruč obr. 90° do stoje na rukou bočně (Lori - hop)</p> 	<p>1.313 Ze vzporu stojmo čelně - odrazem, zdvihem nebo zákmihem stoj na rukou jednoruč (2 s) do libovolné polohy</p> 	<p>1.413 Odrazem snožmo nebo zdvihem náskok do stoje na rukou jednoruč (2 s) (<i>Rankin</i>), také ze vzporu stojmo bočně nebo čelně - odrazem, zdvihem nebo zákmihem váha vzporem jednoruč (Rankin) do stoje bočně jednoruč (2 s) nebo zvolna přednos roznožmo vně jednoruč bočně, také s obr. 90° (Rankin, Lowing)</p> 		

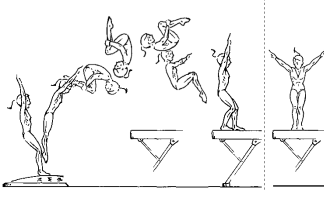
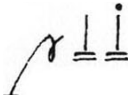
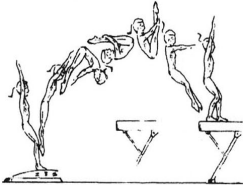
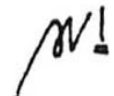

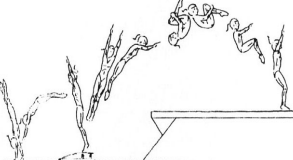




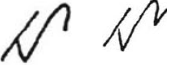
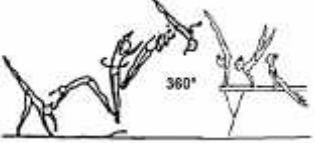

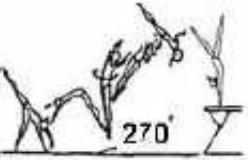

1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.114 Odrazem snožmo náskok do stoje na rukou, nohy skrčené nebo napnuté, do libovolné polohy</p>  <p style="text-align: center;"><i>M</i></p>	<p>1.214 Z rozběhu bočně - odrazem snožmo (letmo prohnuté) náskok přemetem stranou i jednoruč</p>  <p style="text-align: center;"><i>X X</i></p>	<p>1.314 Z rozběhu čelně - odrazem snožmo náskok prohnuté s obr. 90° do stoje jednoruč a spojitě obr. 90° do stoje na rukou čelně</p>  <p style="text-align: center;"><i>!</i></p> <p>Ze stoje zády ke kladině přemet vzad do vzporu (nutno projít klikem střemhlav - opora o hrudník) (Beukes)</p>  <p style="text-align: center;"><i>!</i></p> <p>Ze stoje zády ke kladině přemet vzad s obr. 180° do vzporu (nutno projít klikem střemhlav - opora o hrudník, obě ruce se drží pod kladinou) (Soares)</p>  <p style="text-align: center;"><i>!</i></p>	<p>1.414 Z rozběhu čelně - rondat a skok vzad s obr. 180° tém ěf do stoje na rukou (Gurova)</p>  <p style="text-align: center;"><i>!</i></p>	<p>1.514 Z rozběhu čelně - rondat a přemet vzad s obr. 360° do to če vzad (Zamolodchikova)</p>  <p style="text-align: center;"><i>!</i></p>	


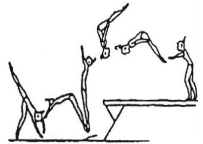
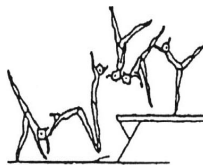
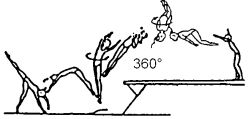
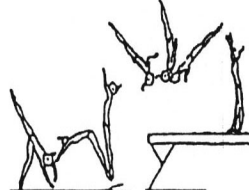
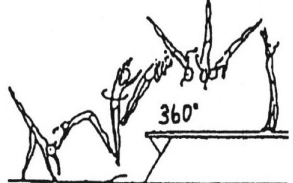
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>1.215 Z rozběhu čelně - odrazem jednož a dohmatem na můstek přemet vpřed do vzporu vzadu nebo s obr. 90° do výsedu bočně</p>  <p>Z rozběhu čelně - odrazem jednož - přemet stranou do vzporu</p> 	<p>1.315 Z rozběhu čelně - odrazem jednož salto vpřed prohnuté (šprajcka) do vzporu vzadu nebo s obr. 90° do výsedu bočně</p> 		<p>1.515</p>	<p>1.615 - F - Z rozběhu bočně - odrazem snožmo salto vpřed prohnuté roznožmo (šprajcka) do stoje</p> 

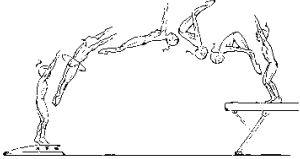
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
		<p>1.316</p>	<p>1.416 Z rozběhu bočně nebo čelně - odrazem snožmo salto vpřed skřčmo do stoje</p>  	<p>1.516 Z rozběhu bočně - odrazem snožmo salto vpřed schylmo do stoje</p>  	<p>1.616 - F - Z rozběhu bočně - odrazem snožmo salto vpřed skřčmo s obr. 180° do stoje <i>(Wong Hiu Ying Angel)</i></p>  <p>1.716 - G - Z rozběhu bočně - rondat a twist salto skřčmo do stoje <i>(Erceg)</i></p>  
		<p>1.317 Z rozběhu bočně - rondat a přemet vzad do vzporu sedmo roznožného</p>  	<p>1.417 Z rozběhu bočně - rondat a přemet vzad i jednoruč do stoje bočně</p>   <p>Z rozběhu bočně - rondat a přemet vzad s obr. 360° do vzporu sedmo roznožného <i>(Tsavdaridou)</i></p>  	<p>1.517 Z rozběhu bočně - rondat a přemet vzad s obr. 270° do stoje bočně (Luconi)</p>  	

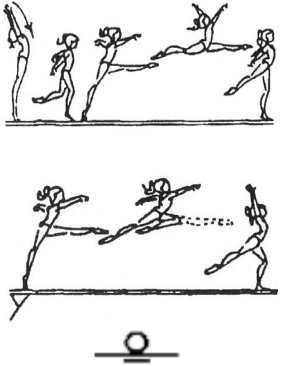
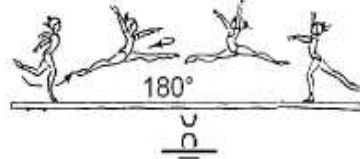
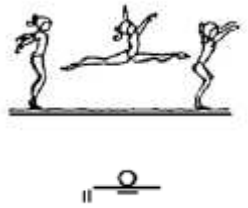
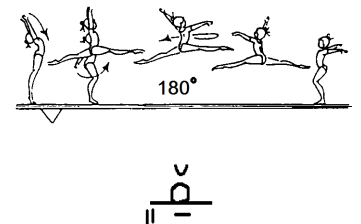
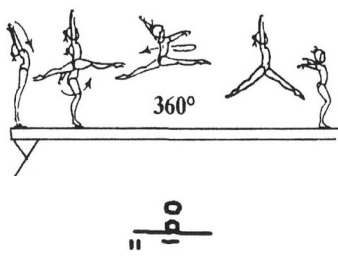
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
			1.418	<p>1.518 Z rozběhu bočně - rondat a salto vzad skrčmo, schylmo nebo prohnuté roznožmo do stoje bočně i čelně</p>  <p style="text-align: center;"><i>he</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>he</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>he</i></p>	<p>1.618 - F - Z rozběhu bočně - rondat a salto vzad skrčmo s obr. 360° do stoje (Garrison)</p>  <p style="text-align: center;"><i>he</i>"</p> <p>Z rozběhu bočně - rondat a salto vzad prohnuté do stoje</p>  <p style="text-align: center;"><i>he</i>"</p> <p>1.718 - G - Z rozběhu bočně rondat a salto vzad prohnuté s obr. 360° do stoje</p>  <p style="text-align: center;"><i>he</i></p>

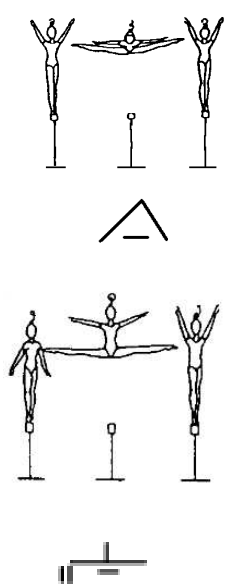
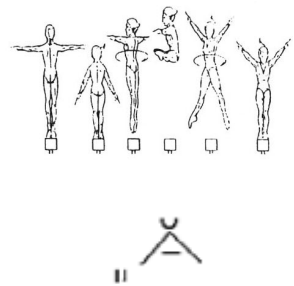
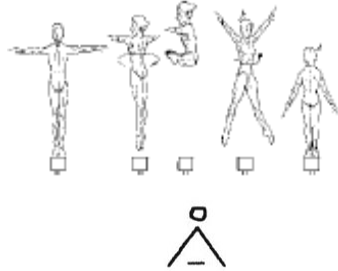
1. NÁSKOKY

A	B	C	D	E	F/G
				1.519	<p>1.619 - F - Odrazem snožmo - náskok s obr. 180° a salto vzad schylmo</p>  <p style="text-align: right;"><i>plv</i></p>

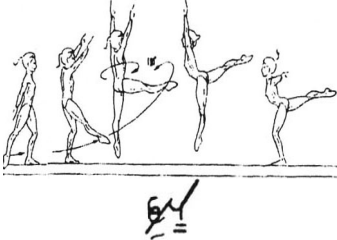
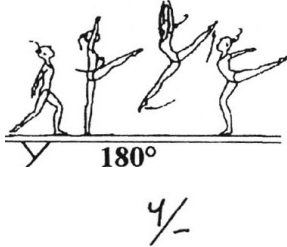
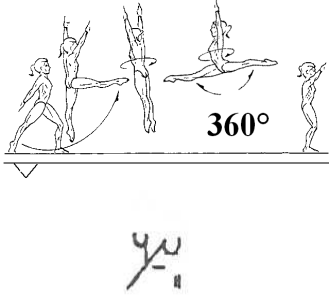
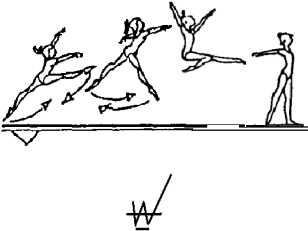

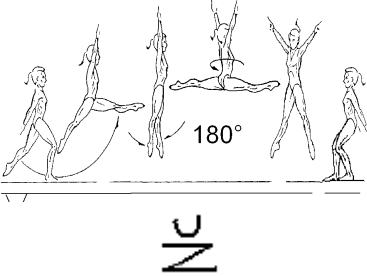
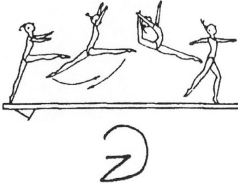
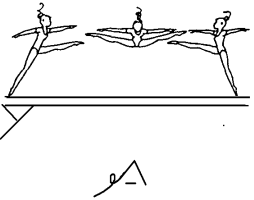
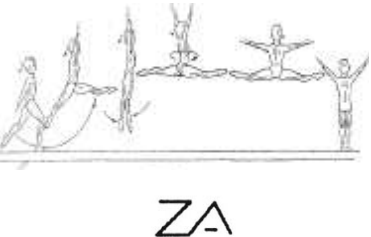
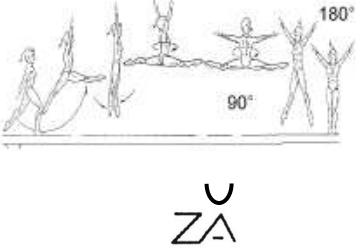
2. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.101 Dálkový skok odrazem jednoož (úhel roznožení 180°)</p> 	<p>2.201</p>	<p>2.301 Dálkový skok s obr. 180°</p> 	<p>2.401</p>	<p>2.501</p>	
<p>2.102</p>	<p>2.202 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s bočným roznožením (úhel roznožení 180°)</p> 	<p>2.302 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s bočným roznožením a obr. 180°</p> 	<p>2.402 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s bočným roznožením a obr. 360°</p> 	<p>2.502</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Skoky, které začínají čelně a končí bočně nebo naopak, se považují za skoky v provedení bočně (přidaný obrát o 90° ne činí prvek rozdílným)</p> </div>	

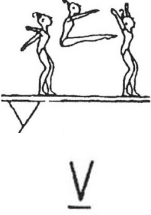
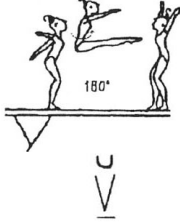
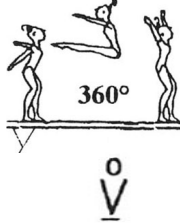
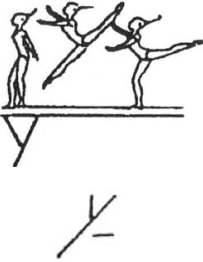
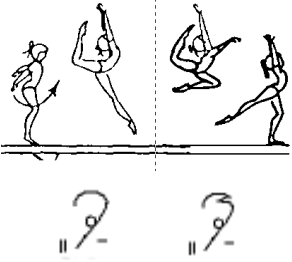

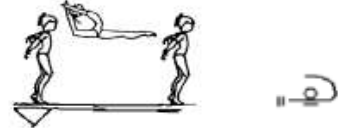
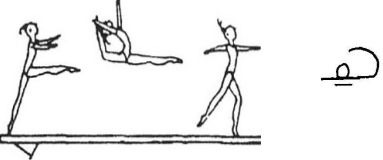
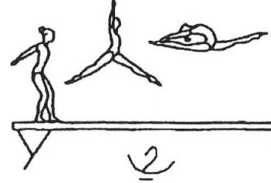
2. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.103</p>	<p>2.203(*) Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo (štička – obě nohy nad horizontálou) nebo s čelným roznožením (úhel roznožení 180°)</p> 	<p>2.303 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo a obr. 180°</p> 	<p>2.403 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo a obr. 360°</p> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>Skoky, které začínají čelně a končí bočně nebo naopak, se považují za skoky v provedení bočně (<i>přidaný obrat o 90° ne činí prvek rozdílným</i>)</p> </div>	

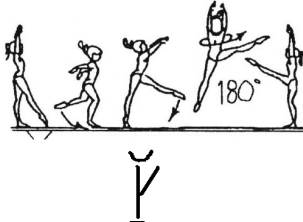
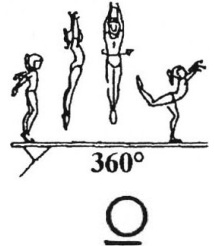
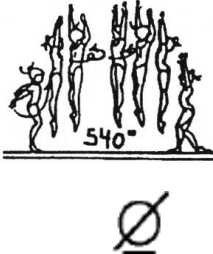
2. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>2.204 Odrazem jednož skok s přednožením a obr. 180° do váhy předklonmo (noha nad horizontálou) s doskokem na odrazovou nohu (fouetté)</p> 		<p>2.404 Kadetový skok (úhel roznožení 180° po obratu)</p> 	<p>2.504 Kadetový skok s obratem 180°</p> 	
<p>2.105 Ze stoje bočně - odrazem jednož skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé s výměnou nohou (úhel v bocích 45°)</p> 		<p>2.305 Dálkový skok s výměnou nohou (švihová noha do 45°, úhel roznožení 180° po výměně nohou)</p> 	<p>2.405 Dálkový skok s výměnou nohou a obr. 180°</p> 	<p>2.505 Dálkový skok s výměnou nohou (úhel roznožení 180° po výměně nohou) a záklonem hlavy (švihová noha skrčená do výše hlavy, odrazová noha rovnoběžně se zemí)</p> 	
	<p>2.206 Odrazem jednož skok s obr. 90° a přednožením roznožmo (obě nohy nad horizontálou) s doskokem na jednu nebo obě nohy</p> 	<p>2.306 Dálkový skok s výměnou nohou a obr. 90° do čelného roznožení (180°) nebo přednožení roznožmo (Johnson)</p> 	<p>2.406</p>	<p>2.506 Dálkový skok s výměnou nohou a obr. 90° do čelného roznožení (180°) nebo přednožení roznožmo (Johnson) s obr. 180°</p> 	



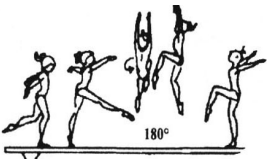
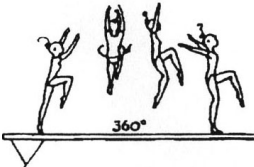
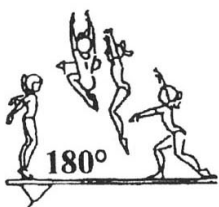


2. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.107 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s přednožením (úhel nohy - trup < 90°)</p> 	<p>2.207 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s přednožením a obr. 180° (úhel nohy - trup < 90°) (Sekerova)</p> 	<p>2.307</p>	<p>2.407 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s přednožením a obr. 360° (úhel nohy - trup < 90°)</p> 	<p>Skoky, které začínají čelně a končí bočně nebo naopak, se považují za skoky v provedení bočně (přidaný obrat o 90° ne činí prvek rozdílným)</p>	
<p>2.108 Odrazem snožmo skok s bočným roznožením a doskokem jednož (Sissone) (úhel roznožení 180°, šikmo k zemi 45°)</p> 	<p>2.208(*) Odrazem snožmo skok se skrčením zánožmo povýš jedné (do výše hlavy, s prohnutím a se záklonem, úhel roznožení 180°), také se skrčením přednožmo (jelení skok se záklonem)</p> 	<p>2.308 Odrazem snožmo skok prohnuté se skrčením zánožmo (chodidla se téměř dotýkají hlavy, se záklonem) (připatka)</p> 	<p>2.408(*) Ze stoje bočně odrazem snožmo skok se skrčením zánožmo jedné (k temeni hlavy, se záklonem a prohnutím, nohy v horizontále, roznožení 180°)</p>  <p>Odrazem jednož skok se skrčením zánožmo povýš jedné (do výše hlavy, se záklonem, švihová noha rovnoběžně se zemí, roznožení 180°)</p>  <p>Ze stoje bočně odrazem snožmo skok s bočným roznožením (nohy nad horizontálou), prohnutím a záklonem (Yang-Bo)</p> 	<p>2.508</p>	

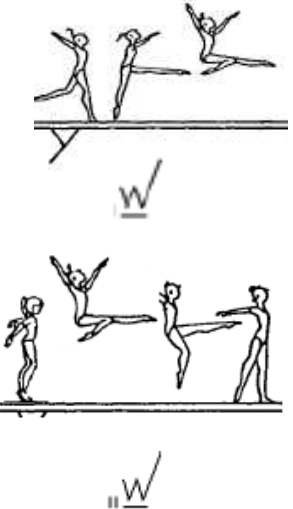
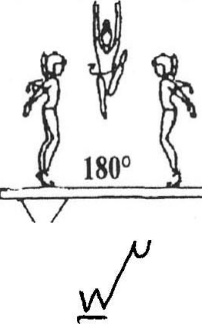
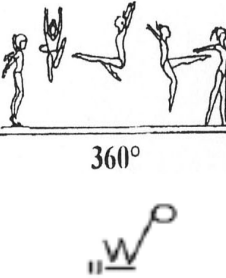
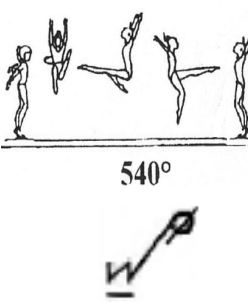
2. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>2.209(*) Odrazem jednož skok s přednožením a obr. 180° do váhy předklonmo (noha nad horizontálou) s doskokem na odrazovou nohu (fouetté), nebo skok s přednožením povýš jedné a obr. 180° (švihová noha nad horizontálou)</p>  <p>Ze stoje bočně odrazem snožmo skok prohnuté s obr. 360°, doskok libovolný</p> 	<p>2.309</p>	<p>2.409 Ze stoje bočně odrazem snožmo skok prohnuté s obr. 540°, doskok libovolný</p> 		

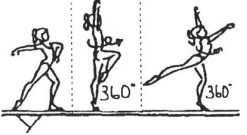
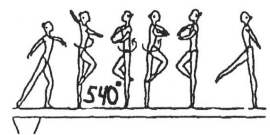
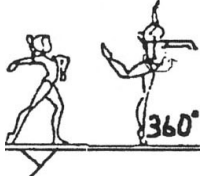
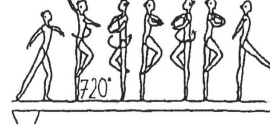
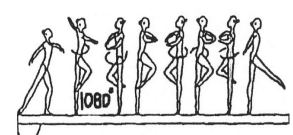
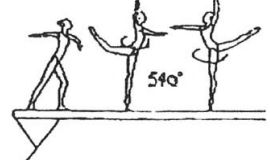
2. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.110(*) Skok střížný přednožmo skrčmo (kolena střídavě nad úrovní horizontály) (čertík)</p>  <p style="text-align: center;"><i>M</i></p> <p>Skok střížný přednožmo (nohy střídavě nad úrovní horizontály) (núžky)</p>  <p style="text-align: center;"><i>N</i></p>	<p>2.210 Skok střížný přednožmo skrčmo s obr. 180° (kolena střídavě nad úrovní horizontály) (čertík)</p>  <p style="text-align: center;"><i>M</i></p>	<p>2.310 Skok střížný přednožmo skrčmo s obr. 360° (čertík)</p>  <p style="text-align: center;"><i>M</i></p>			
<p>2.111</p>	<p>2.211 Ze stoje bočně odrazem snožmo i jednoož skok se skrčením přednožmo a obr. 180° (úhel v bocích a kolenou 45°, kolena nad úrovní horizontály)</p>  <p style="text-align: center;"><i>N</i></p>	<p>2.311 Ze stoje bočně odrazem snožmo i jednoož skok se skrčením přednožmo a obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;"><i>N</i></p>	<p>2.411 Ze stoje bočně odrazem snožmo i jednoož skok se skrčením přednožmo a obr. 540°</p>  <p style="text-align: center;"><i>N</i></p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>Skoky, které začínají čelně a končí bočně nebo naopak, se považují za skoky v provedení bočně (<i>přidaný obrat o 90° ne činí prvek rozdílným</i>)</p> </div>	

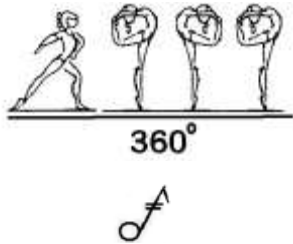
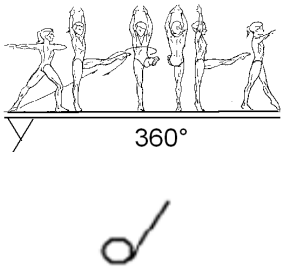
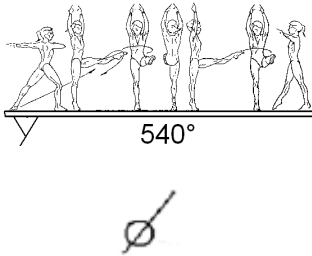
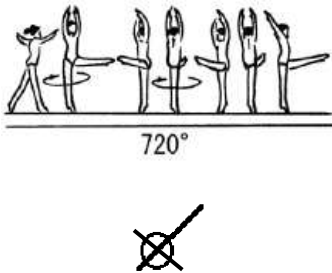
2. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.112(*) Ze stoje bočně - odrazem jednož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé (úhel v bocích 45°)</p> 	<p>2.212 Ze stoje bočně nebo čelně - odrazem jednož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé a obr. 180°</p> 	<p>2.312</p>	<p>2.412 Ze stoje bočně - odrazem jednož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé a obr. 360°</p> 	<p>2.512 Ze stoje bočně - odrazem jednož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé a obr. 540°</p> 	<p>F/G</p>

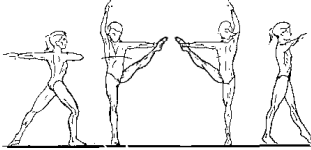



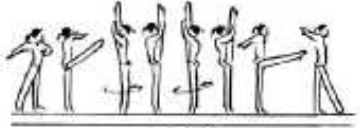

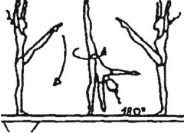



3. OBRATY

A	B	C	D	E	F/G	
<p>3.101 Obrat o 360° jednož, švihová noha libovolně pod horizontálou</p>  <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">○</div>	<p>3.201 Obrat o 540° jednož, švihová noha libovolně pod horizontálou</p>  <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">⊘</div>	<p>3.302 Obrat o 360° jednož v zanožení (90°), noha v horizontální poloze v průběhu celého obratu</p>  <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">♂</div>	<p>3.401 Obrat o 720° jednož, švihová noha libovolně pod horizontálou</p>  <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">⊗</div>	<p>3.501 Obrat o 1080° jednož, švihová noha libovolně pod horizontálou <i>(Okino)</i></p>  <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">⊛</div>	<p>3.402 Obrat o 540° jednož v zanožení (90°), noha v horizontální poloze v průběhu celého obratu</p>  <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">♂</div>	

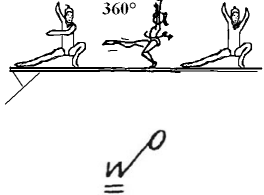
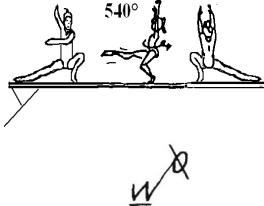
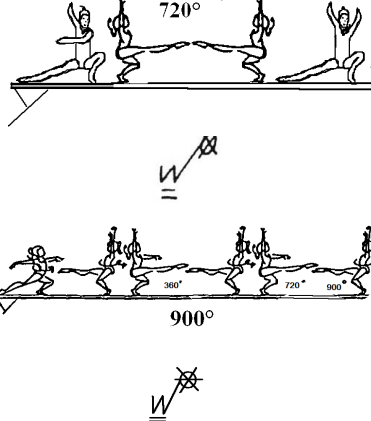
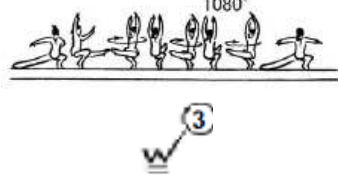
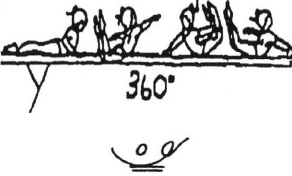
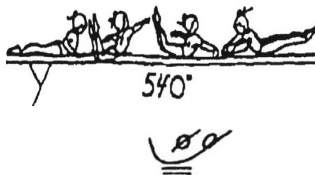
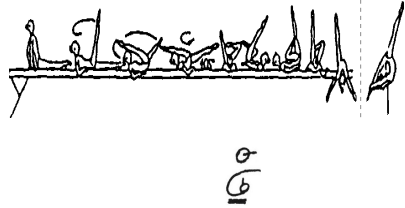
3. OBRATY

A	B	C	D	E	F/G
			<p>3.403 Obrat o 360° jednož v zanožení s držení nohy oběma rukama v průběhu celého obratu <i>(Preziosa)</i></p> 		
		<p>3.304 Obrat o 360° jednož v přednožení - pata švihové nohy v horizontální poloze v průběhu celého obratu (stojná noha může být i pokrčená)</p> 	<p>3.404 Obrat o 540° jednož v přednožení, pata švihové nohy v horizontální poloze v průběhu celého obratu (stojná noha může být i pokrčená)</p> 	<p>3.504 Obrat o 720° jednož v přednožení, pata švihové nohy v horizontální poloze v průběhu celého obratu (stojná noha může být i pokrčená) <i>(Wevers)</i></p> 	

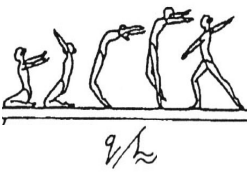
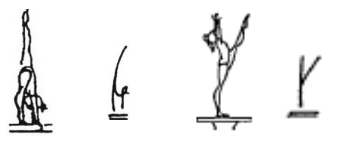


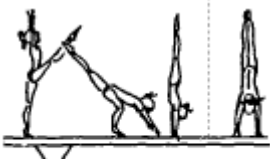
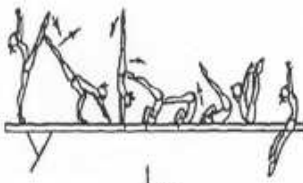
3. OBRATY

A	B	C	D	E	F/G
		<p>3.305 Obrat o 360° jednož s držním nohy rukou nad horizontálou (úhel roznožení 180°) v pr úběhu celého obratu (Kuncova)</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 	<p>3.405 Obrat o 540° jednož s držním nohy rukou nad horizontálou (úhel roznožení 180°) v pr úběhu celého obratu (<i>Galante</i>)</p>  <p style="text-align: center;">540°</p> 	<p>3.505 Obrat o 720° jednož s držním nohy rukou nad horizontálou (úhel roznožení 180°) v pr úběhu celého obratu (<i>Sugihara</i>)</p>  <p style="text-align: center;">720°</p> 	
	<p>3.206 Obrat o 180° p ředklonem a zanožením švihové nohy (180°) s lehkým dotykem jednou rukou i bez dotyku (podmetenka)</p>  <p style="text-align: center;">180°</p> 		<p>3.406 Obrat o 360° p ředklonem a zanožením švihové nohy (180°) s lehkým dotykem jednou rukou i bez dotyku (podmetenka)</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 		


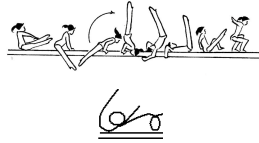
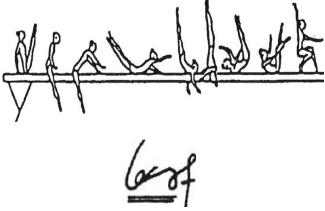

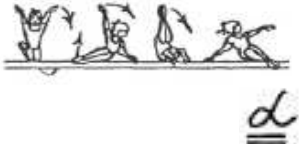

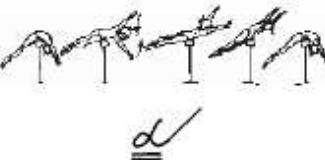
3. OBRTY

A	B	C	D	E	F/G
<p>3.107</p>	<p>3.207 Obrat o 360° ve dřepu jednož - švihová noha napnutá během obratu</p> 	<p>3.307 Obrat o 540° ve dřepu jednož - švihová noha napnutá během obratu</p> 	<p>3.407(*) Obrat o 720° nebo 900° (Humphrey) ve dřepu jednož - švihová noha napnutá během obratu (Humphrey)</p> 	<p>3.507 Obrat o 1080° ve dřepu jednož - švihová noha napnutá během obratu (Mitchell)</p> 	
	<p>3.208(*) Obrat o 360° - 540° v lehu na břiše, dohmat střídnuřc poven</p>  	<p>3.308</p>	<p>3.408 Obrat o 450° p řednožením a lehem vzesmo (úhel nohy - trup méně než 90°) do libovolné polohy (Li - Li)</p> 	<p>3.508</p>	

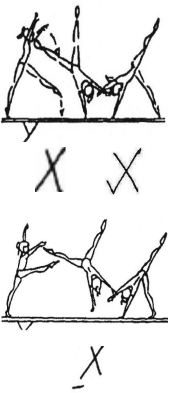

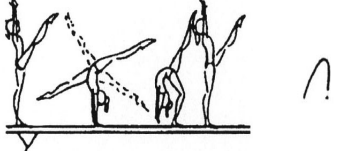

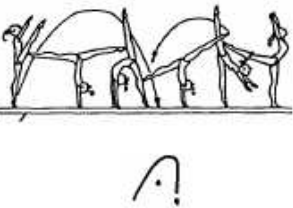

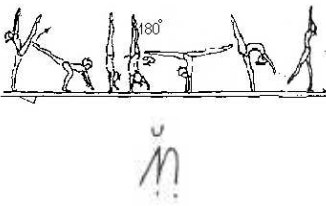
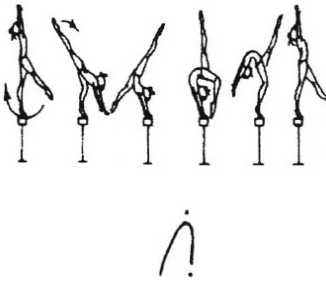
4. VÝDRŽE A AKROBATICKÉ PRVKY BEZ LETOVÉ FÁZE

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.101(G) Z kleku sedmo (na patách) vlna trupem vpřed do výponu přes nártu (bočně)</p> 				<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>(G) = bude započten jako gymnastický prvek</p> </div>	
<p>4.102(G)* Ze stoje jednoož předklonem zanožit povýš s dohmatem kladiny (úhel roznožení 180°) - í čko váha (2 s) nebo váha v přednožení (úhel roznožení 180°) (2 s) (Preziosa)</p>  <p>Váha předklonmo (úhel roznožení 180°) (2 s)</p> 	<p>4.202 Vzpor vzadu s přednožením povýš - vznos (2 s)</p> 				
<p>4.103 Stoj na rukou bočně nebo čelně (2 s) do libovolné polohy</p> 	<p>4.203 Stoj na rukou bočně a kotoul vpřed bez i s dohmatem rukou do sedu nebo dřepu</p> 				

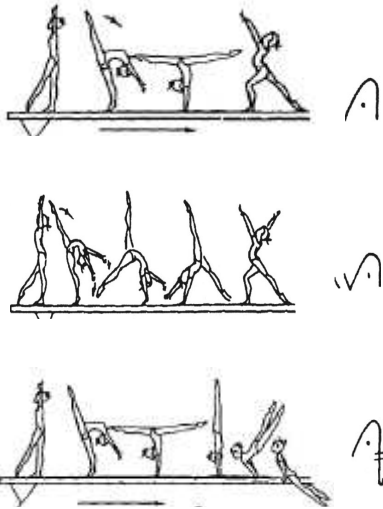

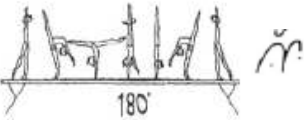
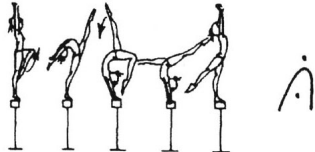
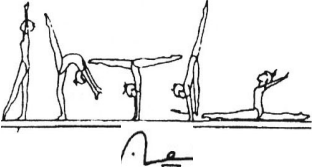
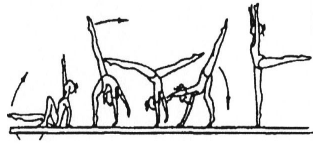
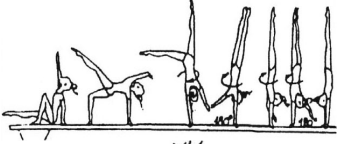
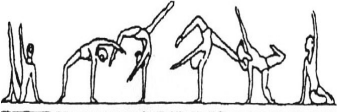
4. VÝDRŽE A AKROBATICKÉ PRVKY BEZ LETOVÉ FÁZE

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.104</p>	<p>4.204 Kotoul vpřed bez dohmatu rukou do sedu nebo dřepu</p>  <p>Ze vzporu sedmo zákmihem kotoul vpřed prohnuté přes rameno do sedu nebo dřepu</p> 	<p>4.304 Ze vzporu sedmo zákmihem kotoul vpřed prohnuté přes rameno bez dohmatu rukou do sedu nebo dřepu (Garrison)</p> 			
	<p>4.205</p>	<p>4.305 Kotoul vzad do stoje na rukou</p> 			
	<p>4.206 Kotoul stranou skrčmo nebo prohnuté nebo schylmo roznožmo přes stoj na lopatkách, také s obratem 180° přes ramena</p>  	<p>4.306 Kotoul stranou prohnuté</p> 			

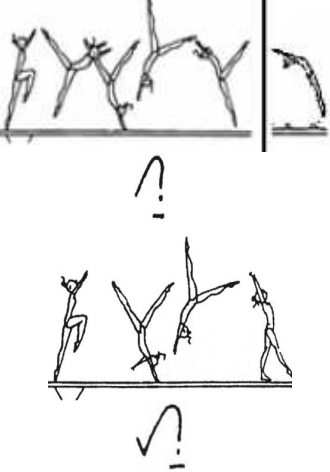
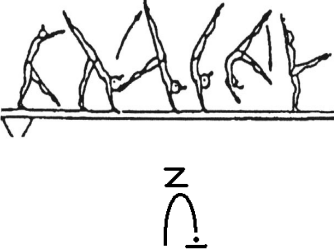
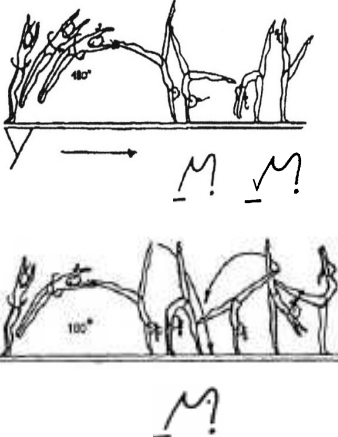
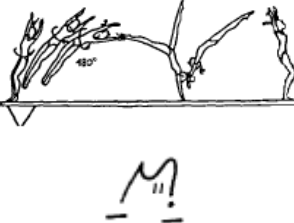
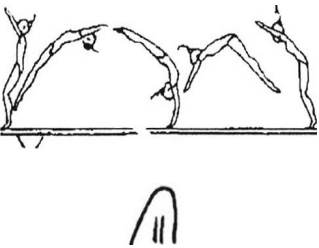
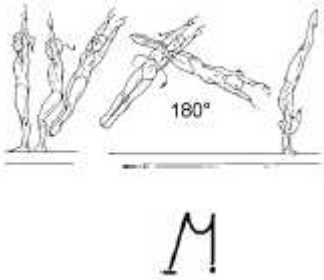
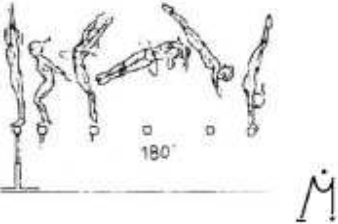
4. VÝDRŽE A AKROBATICKÉ PRVKY BEZ LETOVÉ FÁZE

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.107 Přemet stranou, také jednoruč nebo přemet stranou s letovou fází před nebo po dohmatu rukou</p> 	<p>4.207</p>	<p>4.307 Z bočního nebo čelného rozštěpu kotoul stranou prohnutě roznožmo do libovolné polohy</p> 			
<p>4.108 Přemet vpřed zvolna bočně, také dohmatem střídnoruč (Tinsica)</p>   <p>Přemet vpřed zvolna do stoje přednožného a spojitě přemet vzad zvolna (tik-tak)</p> 	<p>4.208 Přemet vpřed zvolna bočně jednoruč</p> 	<p>4.308 Přemet vpřed zvolna do stoje na rukou s obr. 180° ve stoji do přemetu</p>  <p>Přemet vpřed zvolna čelně</p> 			

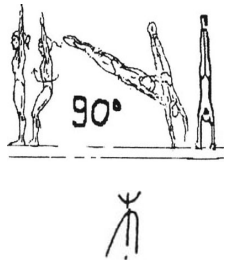
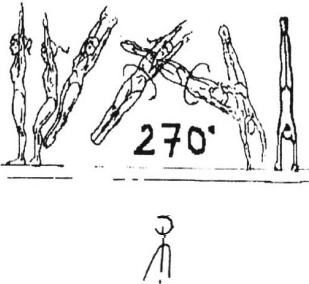
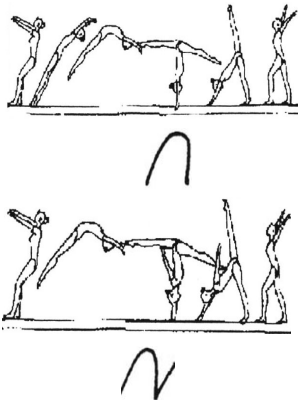
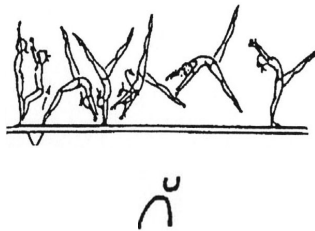
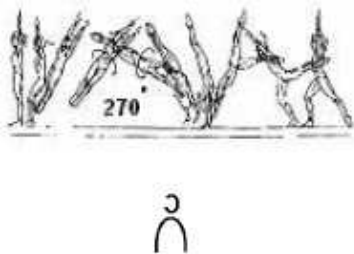
4. VÝDRŽE A AKROBATICKÉ PRVKY BEZ LETOVÉ FÁZE

A	B	C	D	E	F/G
<p>4.109 Přemet vzad zvolna, také s dohmatem střídnouč do stoji nebo do vzporu sedmo roznožného bočně</p> 	<p>4.209 Přemet vzad zvolna jednoruč</p> 	<p>4.309 Přemet vzad zvolna do stoji na rukou s obr. 180° ve stoji do přemetu</p>  <p style="text-align: center;">180°</p> <p>Přemet vzad zvolna čelně</p>  <p>Přemet vzad zvolna s přešvihem schylmo do bočného rozštěpu</p> 			
	<p>4.210 Ze vzporu sedmo vřadu jednoruč - přemet vzad zvolna (Valdez)</p> 	<p>4.310 Ze vzporu sedmo vřadu jednoruč - přemet vzad zvolna s obr. 360°</p>  <p>Ze vzporu sedmo vřadu jednoruč - přemet vzad jednoruč (nohy přes horizontální rovinu) (Garrison)</p> 			


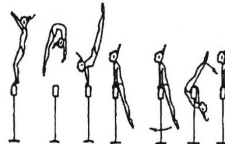
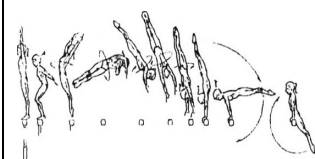

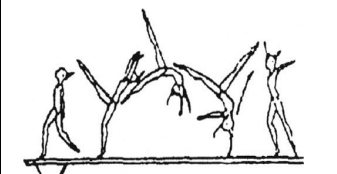


5. AKROBATICKÉ PRVKY S LETOVOU FÁZÍ

A	B	C	D	E	F/G
	<p>5.201 Přemet vpřed s letovou fází s doskokem jednož nebo snožmo, také jednoruč</p> 	<p>5.301 Přemet vpřed s letovou fází s výměnou nohou</p> 	<p>5.401 Odrazem snožmo skok vzad s obr. 180° do stoje na rukou a přemet vpřed, (Onodi) také jednoruč, nebo tik - tak</p> 	<p>5.501 Odrazem snožmo skok vzad s obr. 180° do stoje na rukou a přemet vpřed s doskokem snožmo (Worley)</p> 	
<p>5.102</p>	<p>5.202 Odrazem snožmo přemet vzad s doskokem snožmo (flik)</p> 	<p>5.302 Odrazem snožmo skok vzad s obr.180° do stoje na rukou (2s)</p> 	<p>5.402 Odrazem snožmo čelně skok vzad s obr. 180° do stoje na rukou (Kolesnikova)</p> 		

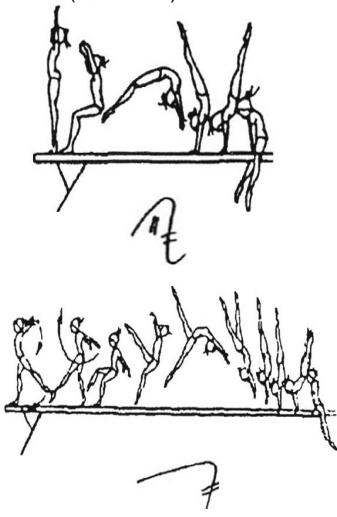
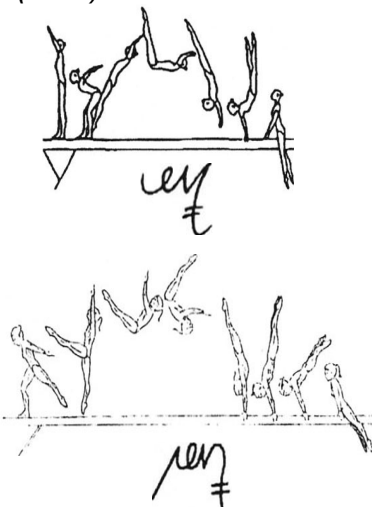
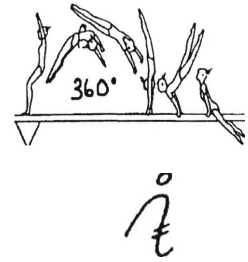
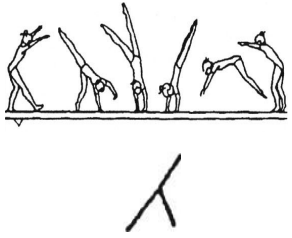
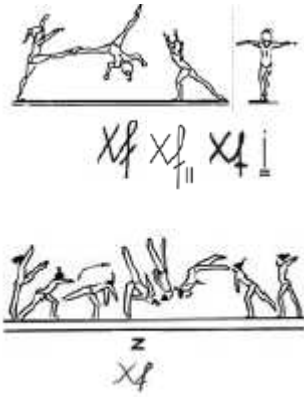
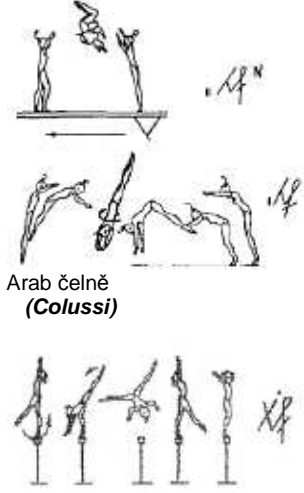
5. AKROBATICKÉ PRVKY S LETOVOU FÁZÍ

A	B	C	D	E	F/G
	<p>5.203</p>	<p>5.303 Odrazem snožmo přemet vzad s obr. 90° do stoje na rukou čelně (2 s)</p> 	<p>5.403 Odrazem snožmo přemet vzad s obr. 270° do stoje na rukou čelně (2 s) <i>(Omelianchik)</i></p> 		
	<p>5.204 Odrazem snožmo přemet vzad s doskokem jednož, také jednoruč (flik)</p> 	<p>5.304 Odrazem snožmo přemet vzad s obr. 180° po odrazu rukou s doskokem jednož</p> 	<p>5.404 Přemet vzad s obr. minimálně 270° před dohmatem rukou <i>(Kochetkova)</i></p> 		

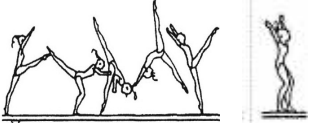



5. AKROBATICKÉ PRVKY S LETOVOU FÁZÍ

A	B	C	D	E	F/G
	<p>5.205</p>	<p>5.305</p>	<p>5.405 Odrazem snožmo čelně přemet vzad s doskokem jednož <i>(Tousek)</i></p>  <p style="text-align: center;">i</p> <p>Odrazem snožmo přemet vzad čelně do vzporu nebo toče</p>  <p style="text-align: center;">i i_o</p>	<p>5.505 Odrazem snožmo čelně přemet vzad s obr. 360° do toče vzad <i>(Teza)</i></p>  <p style="text-align: center;">i_o</p>	
	<p>5.206 Přemet vzad odrazem jednož i s dohmatem jednoruč (Auerbach flik)</p>  	<p>5.306 Přemet vzad odrazem jednož s obr. 90° do stoje na ruce (2 s) - do libovolné polohy <i>(Kitti)</i></p>  <p style="text-align: center;">i</p>	<p>5.406 Přemet vzad odrazem jednož s obr. min. 270° p před dohmatem rukou <i>(Khorkina)</i></p>  <p style="text-align: center;">i</p>	<p>5.506</p>	

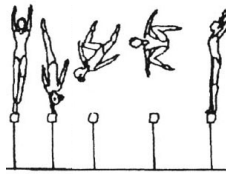
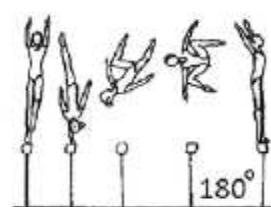




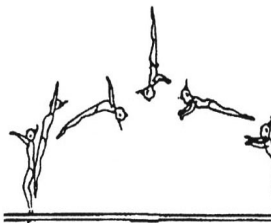
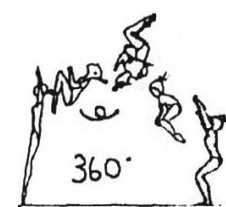
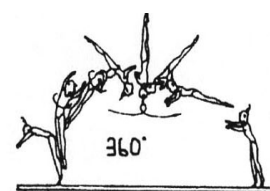
5. AKROBATICKÉ PRVKY S LETOVOU FÁZÍ

A	B	C	D	E	F/G
	<p>5.208 Přemet vzad odrazem jednož i snožmo s vysokou letovou fází do vzporu sedmo roznožného bočně (Korbut flik)</p> 	<p>5.307 Přemet vzad odrazem jednož i snožmo se schýlením a prohnutím v letové fázi do vzporu sedmo roznožného bočně (Rueda)</p> 	<p>5.407 Odradem snožmo přemet vzad s obr. 360° do vzporu sedmo roznožného bočně (Rulfova - flik) (Rulfova)</p> 		
	<p>5.208 Rondat</p> 		<p>5.408 Odradem jednož salto stranou prohnuté bočně i čelně (arab) s doskokem jednož i snožmo, také s výměnou nohou</p> 	<p>5.508 Odradem snožmo salto stranou schylmo nebo skrčmo s doskokem snožmo (rondat bez dohmatu)</p> <p>Arab čelně (Colussi)</p> 	

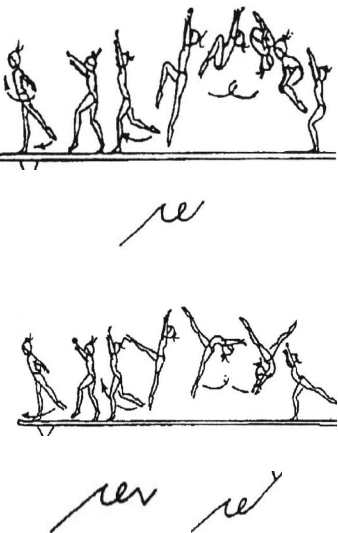
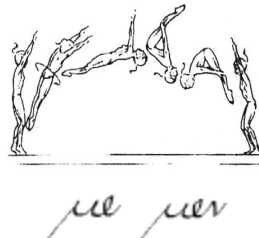
5. AKROBATICKÉ PRVKY S LETOVOU FÁZÍ

A	B	C	D	E	F/G
			<p>5.409 Odrazem jednož salto vpřed prohnuté s doskokem jednož nebo snožmo (šprajcka)</p>  <p style="text-align: center;">Nf Nf</p>		
		<p>5.310 Odrazem jednož salto vpřed skrčmo s doskokem snožmo i jednož</p>  <p style="text-align: center;">N</p>	<p>5.410 Odrazem snožmo salto vpřed skrčmo</p>  <p style="text-align: center;">N</p>	<p>5.510 Odrazem snožmo salto vpřed schylmo</p>  <p style="text-align: center;">N</p>	

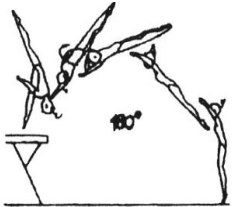
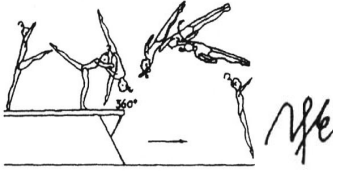

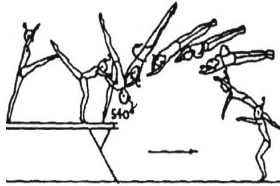
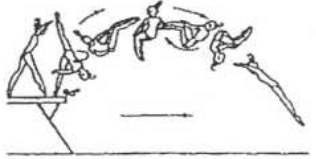

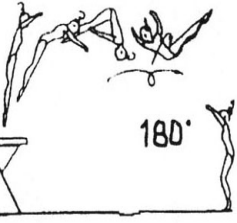
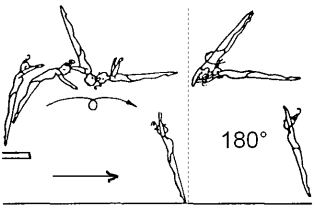


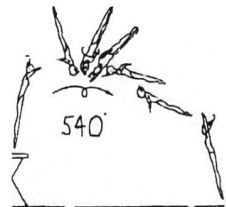
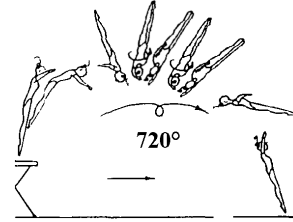
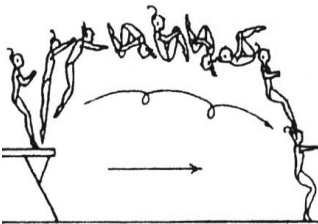
5. AKROBATICKÉ PRVKY S LETOVOU FÁZÍ

A	B	C	D	E	F/G
		<p>5.311</p>	<p>5.411 Odrazem jednož salto stranou roznožmo skrčmo do stoji čelně (kablo)</p>  <p style="text-align: center;"><i>du</i></p>	<p>5.511 Kablo s obr. 180° (Schaefer)</p>  <p style="text-align: center;"><i>du</i></p>	<p>5.611 - F - Twist salto skrčmo (odrazem snožmo obr. 180° a salto vp řed skrčmo)</p>  <p style="text-align: center;"><i>ps</i></p>
		<p>5.312 Salto vzad skrčmo, schylmo nebo prohnutě roznožmo</p>  <p style="text-align: right;"><i>u</i></p>  <p style="text-align: right;"><i>uv</i></p>  <p style="text-align: right;"><i>u</i></p>	<p>5.412</p>	<p>5.512 Salto vzad prohnutě</p>  <p style="text-align: center;"><i>u''</i></p>	<p>5.612 - F - Salto vzad skrčmo s obr. 360° (Shishova)</p>  <p style="text-align: center;"><i>En</i></p> <p>5.712 - G - Salto vzad prohnutě s obr. 360° (Shishova)</p>  <p style="text-align: center;"><i>B</i></p>

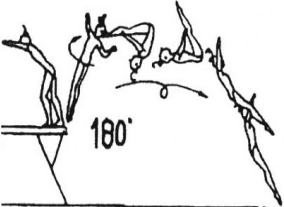
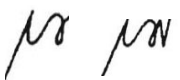
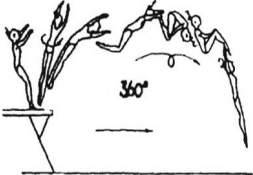
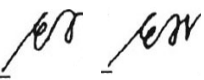






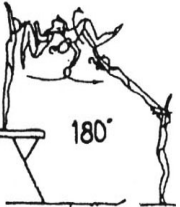
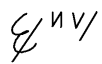
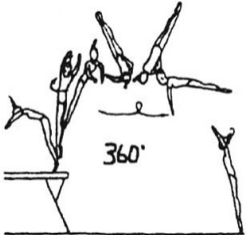

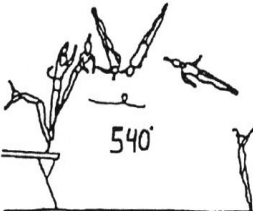

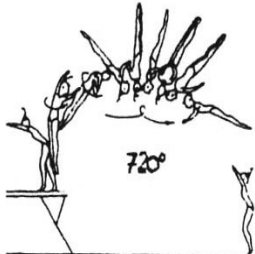

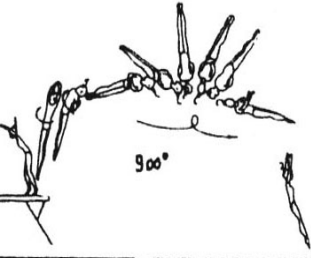

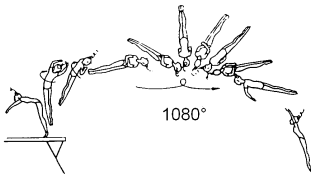

5. AKROBATICKÉ PRVKY S LETOVOU FÁZÍ

A	B	C	D	E	F/G
		<p>5.313 Odrazem jednož salto vzad skrčmo, schylmo nebo prohnutě roznožmo (Auerbach salto)</p>  <p style="text-align: center;"><i>re</i></p> <p style="text-align: center;"><i>rev re</i></p>			<p>5.613 - F - Odrazem snožmo skok vpřed s obr. 180° a salto vzad skrčmo nebo schylmo (<i>Produnova</i>)</p>  <p style="text-align: center;"><i>re rev</i></p>

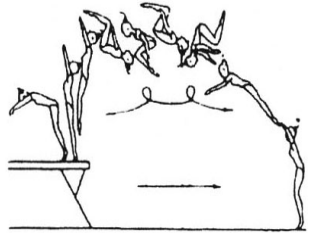
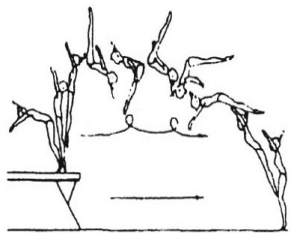
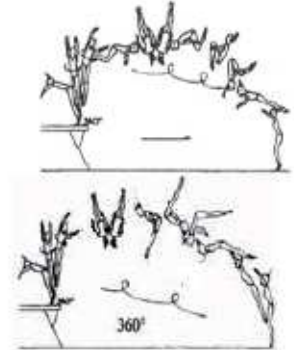
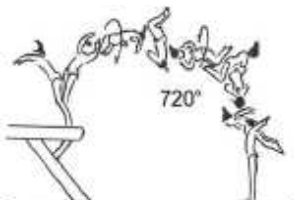
6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
<p>6.101 Odrazem jednož salto vpřed prohnuté s obr. 180° (šprajcka)</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>	<p>6.201 Odrazem jednož salto vpřed prohnuté s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;">NE</p> <p>Odrazem jednož arab s obr. 180°</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>	<p>6.301 Odrazem jednož salto vpřed prohnuté s obr. 540°</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>	<p>6.401</p>	<p>6.501 Odrazem jednož salto stranou s obr. 90° a salto vzad skr čmo (Kim)</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>	
<p>6.102 Odrazem snožmo salto vpřed skr čmo, schylmo, také s obr. 180°</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>  <p style="text-align: center;">NE NE</p>	<p>6.202 Odrazem snožmo salto vpřed prohnuté i s obr. 180°</p>  <p style="text-align: center;">NE</p> <p>Odrazem snožmo salto vpřed skr čmo s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>	<p>6.302 Odrazem snožmo salto vpřed prohnuté s obr. 360° nebo s obr. 540°</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>	<p>6.402 Odrazem snožmo salto vpřed prohnuté s obr. 720° (Araujo)</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>	<p>6.602 - F - Odrazem snožmo dvojně salto vpřed skr čmo</p>  <p style="text-align: center;">NE</p>	

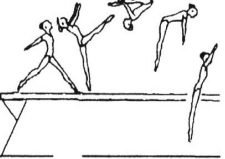

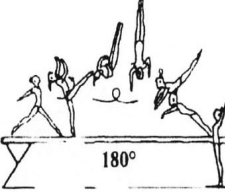

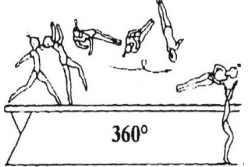
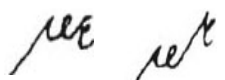
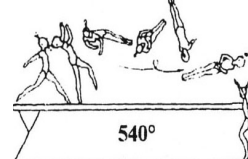
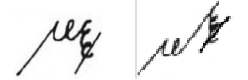
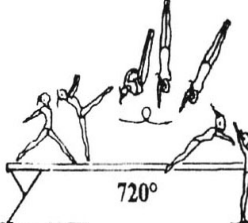

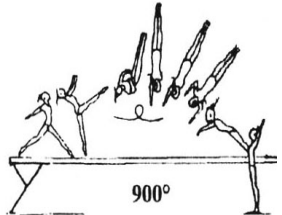

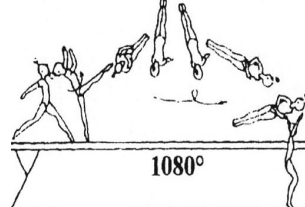

6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>6.203 Twist salto skrčmo nebo schylmo</p>  <p style="text-align: center;">180°</p> 	<p>6.303 Odrazem snožmo obrat o 360° a salto vpřed skrčmo nebo schylmo</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 	<p>6.403 Odrazem snožmo obrat o 360° a salto vpřed skrčmo, schylmo nebo prohnuté</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 		<p>6.703 - G - Dvojně twist salto skrčmo <i>(Patterson)</i></p>  
<p>6.104 Odrazem snožmo salto vzad skrčmo, schylmo nebo prohnuté i s obr. 180°</p>    <p style="text-align: center;">180°</p> 	<p>6.204 Odrazem snožmo salto vzad skrčmo nebo prohnuté s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 	<p>6.304 Odrazem snožmo salto vzad skrčmo nebo prohnuté s obr. 540° <i>(Domingues)</i></p>  <p style="text-align: center;">540°</p>  <p>Odrazem snožmo salto vzad prohnuté s obr. 720°</p>  <p style="text-align: center;">720°</p> 	<p>6.404 Odrazem snožmo salto vzad prohnuté s obr. 900°</p>  <p style="text-align: center;">900°</p> 		<p>6.604 - F - Odrazem snožmo salto vzad prohnuté s obr. 1080°</p>  <p style="text-align: center;">1080°</p> 



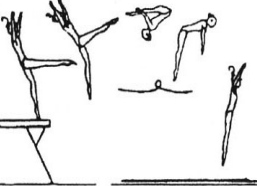

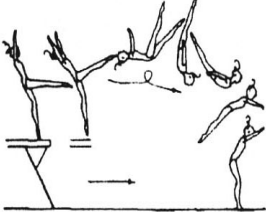

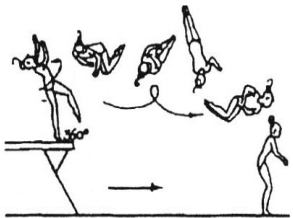

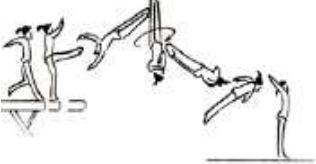
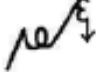

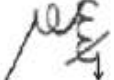
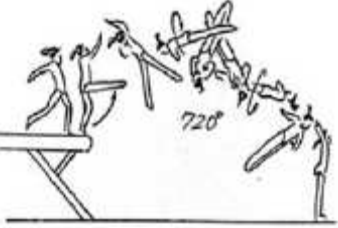
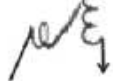
6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G/H
			<p>6.405 Odrazem snožmo dvojně salto vzad skrčmo</p>  <p style="text-align: center;">ll</p>	<p>6.505 Odrazem snožmo dvojně salto vzad schylmo</p>  <p style="text-align: center;">llv</p>	<p>6.705 - G - Odrazem snožmo dvojně salto vzad skrčmo nebo schylmo s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;">E ll v</p> <p>6.805 - H - Odrazem snožmo dvojně salto vzad skrčmo s obr. 720°</p> <p>(Biles)</p>  <p style="text-align: center;">E ll</p>

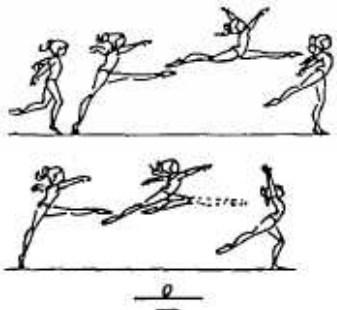
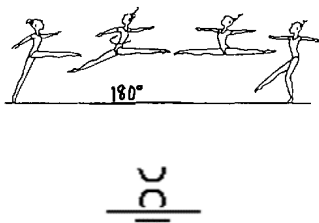
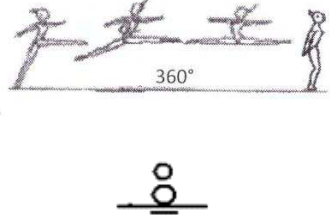
6. SESKOKY - ZÁVĚRY

A	B	C	D	E	F/G
<p>6.106 Odradem jednoož salto vzad skrčmo, schylmo nebo prohnuté popříč kladiny, také s obr. 180° (skrčmo nebo prohnuté) (Auerbach salto)</p>  <p style="text-align: center;">180°</p>   <p style="text-align: center;">180°</p> 	<p>6.206 Auerbach salto skrčmo nebo prohnuté s obr. 360° pop říč kladiny (Böhmerova)</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> 	<p>6.306 Auerbach salto skrčmo nebo prohnuté s obr. 540° (Böhmerova) nebo 720° popříč kladiny</p>  <p style="text-align: center;">540°</p>   <p style="text-align: center;">720°</p> 	<p>6.406 Auerbach salto prohnuté s obr. 900° pop říč kladiny (Khorkina)</p>  <p style="text-align: center;">900°</p> 		<p>6.606 - F - Auerbach salto prohnuté s obr. 1080° pop říč kladiny</p>  <p style="text-align: center;">1080°</p> 

6. SESKOKY - ZÁVĚRY



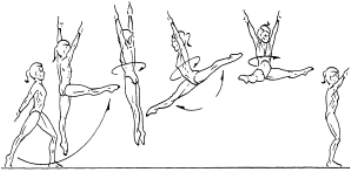

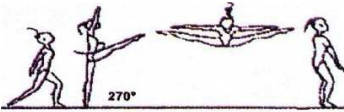
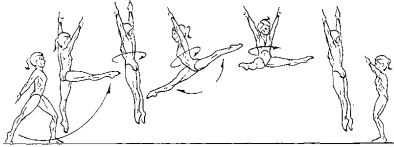
A	B	C	D	E	F/G
	<p>6.207 Auerbach salto skrčmo nebo schylmo na konci kladiny</p>    	<p>6.307 Auerbach salto prohnuté na konci kladiny</p>   <p>Auerbach salto skrčmo s obr. 360° na konci kladiny <i>(Kim)</i></p>  	<p>6.407 Auerbach salto prohnuté s obr. 360° na konci kladiny <i>(Steingruber)</i></p>   <p>Auerbach salto skrčmo s obr. 540° na konci kladiny <i>(Olafsdottir)</i></p>  	<p>6.507 Auerbach salto prohnuté s obr. 720° na konci kladiny <i>(Jurkowska-Kowalska)</i></p>  	

1. SKOKY

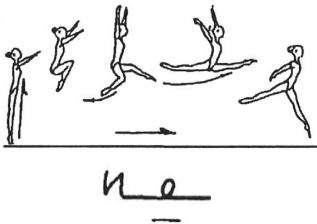
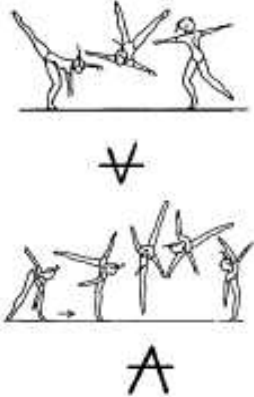
A	B	C	D	E	F/G
<p>1.101 Dálkový skok odrazem jednož (úhel roznožení 180°) nebo se skrčením přednožmo jedné a zanožením druhé</p> 	<p>1.201 Dálkový skok s obr. 180°</p> 	<p>1.301 Odradem jednož skok s bočným roznožením a obr. 360°</p> 			

(*) Prvky ve stejném boxu označené (*) hvězdičkou získají HO jen jednou, a to v chronologickém pořadí

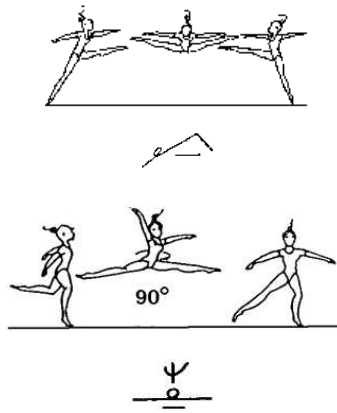
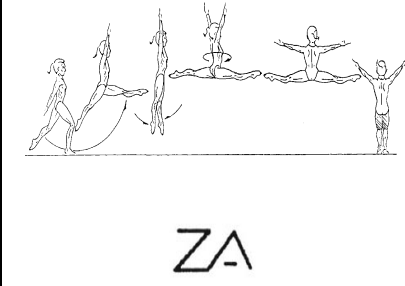
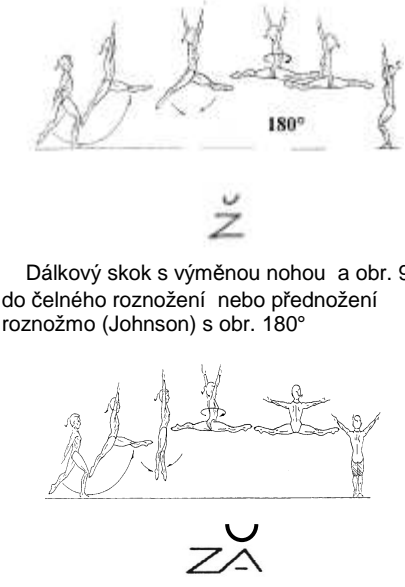
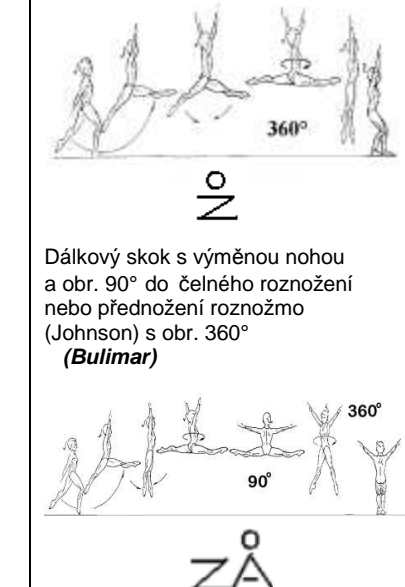
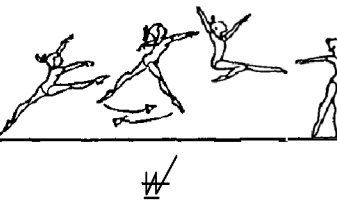

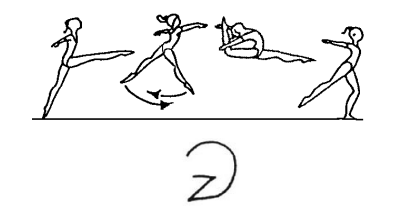
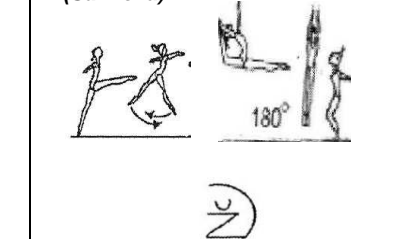
1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.102</p>	<p>1.202(*) Skok střížný s obr. 180° (kadetový skok) (úhel roznožení 180° po obratu)</p>  <p style="text-align: center;">4-</p> <p>Kadetový skok se skrčením zánožmo odrazové nohy (do výše hlavy, s prohnutím a se záklonem) (Boucher)</p>  <p style="text-align: center;">9-</p>	<p>1.302(*) Kadetový skok s obr. 180° s doskokem jednož nebo snožmo nebo do bočného rozštěpu (<i>Produnova</i>)</p>  <p style="text-align: center;">4u</p>  <p style="text-align: center;">4u=</p> <p>Odrazem jednož skok kadetovou technikou s obr. 270° do přednožení roznožmo a obr. 90° s doskokem jednož nebo snožmo (<i>Csillag</i>)</p>  <p style="text-align: center;">4u</p>	<p>1.402 Kadetový skok s obr. 360° s doskokem jednož nebo snožmo (<i>Gogean</i>)</p>  <p style="text-align: center;">4o</p>		

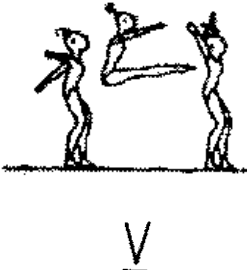
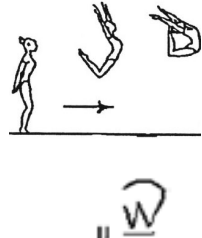
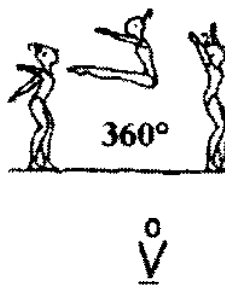
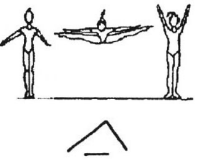
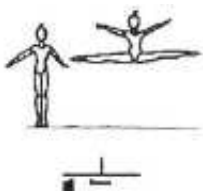
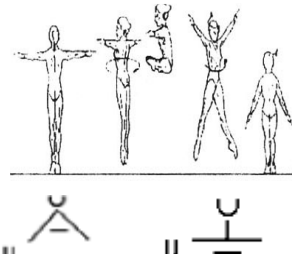
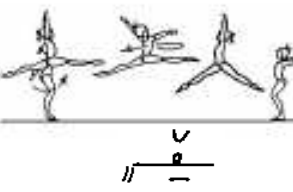
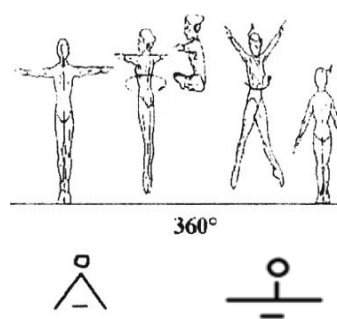
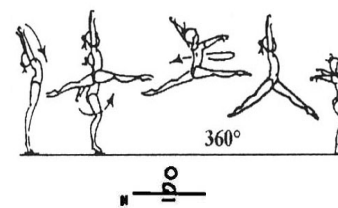
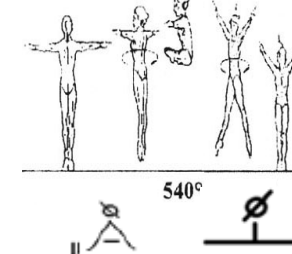
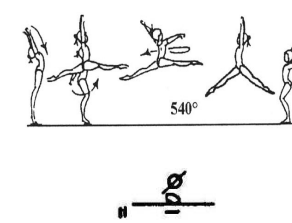
1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.103 Odrazem snožmo skok se skrčením přednožmo a bočným roznožením (180°) v letové fázi</p> 	<p>1.203(*) Odrazem jednož předklonem a zanožením švihové nohy skok střížný zánožmo s obr. 180° a doskokem na švihovou nohu (šmetrlink) nebo odrazem jednož záklonem a přednožením švihové nohy skok přednožmo střížný s obr. 180° a doskokem na švihovou nohu (šmetrlink vzad)</p> 		<div data-bbox="1525 355 1892 512" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>(*) Prvky ve stejném boxu označené (*) hvězdičkou získají HO jen jednou, a to v chronologickém pořadí</p> </div>		

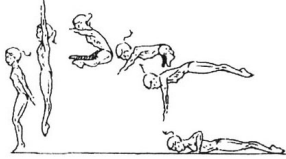
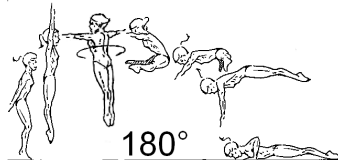
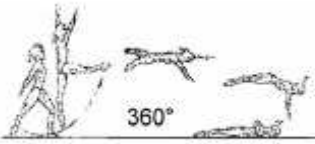
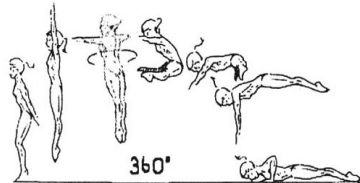
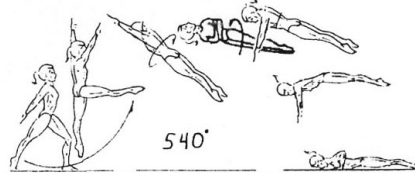
1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.104(*) Odrazem jednož skok s obr. 90° a přednožením roznožmo (obě nohy nad horizontálou) nebo s čelním roznožením s doskokem jednož nebo snožmo</p> 	<p>1.204 Dálkový skok s výměnou nohou a obr. 90° do čelného roznožení nebo přednožení roznožmo (obě nohy nad horizontálou) (Johnson)</p> 	<p>1.304(*) Dálkový skok s výměnou nohou a obr. 180° v letové fázi (úhel v bočném roznožení 180°) (Frolova)</p>  <p>Dálkový skok s výměnou nohou a obr. 90° do čelného roznožení nebo přednožení roznožmo (Johnson) s obr. 180°</p>	<p>1.404(*) Dálkový skok s výměnou nohou a obr. 360° v letové fázi (úhel v bočném roznožení 180°)</p>  <p>Dálkový skok s výměnou nohou a obr. 90° do čelného roznožení nebo přednožení roznožmo (Johnson) s obr. 360° (Bulimar)</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>(*) Prvky ve stejném boxu označené (*) hvězdičkou získají HO jen jednou, a to v chronologickém pořadí</p> </div>	
<p>1.105 Odrazem jednož skok s výměnou nohou do skrčení přednožmo jedné a přednožení druhé</p> 	<p>1.205 Dálkový skok s výměnou nohou (úhel roznožení 180° po výměně nohou) (po odrazu - švihová noha v úhlu 45°)</p> 	<p>1.305 Dálkový skok s výměnou nohou (úhel roznožení 180° po výměně nohou) a záklonem hlavy (švihová noha skrčená do výše hlavy, odrazová noha rovnoběžně se zemí)</p> 	<p>1.405 Dálkový skok s výměnou nohou (úhel roznožení 180° po výměně nohou) a záklonem hlavy (švihová noha skrčená do výše hlavy, odrazová noha rovnoběžně se zemí) s obr. 180° (Sankova)</p> 		


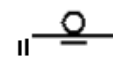

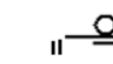

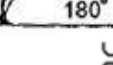
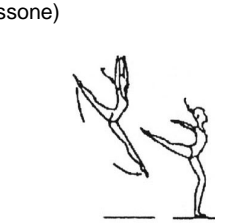









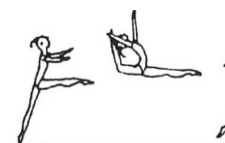


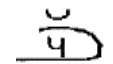
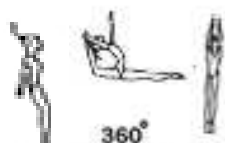


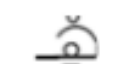
1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.106 Odrazem snožmo skok s přednožením povýš (úhel v bocích < 90°)</p> 	<p>1.206 Skok prohnutě se skrčením zánožmo (se záklonem, chodidla se téměř dotýkají hlavy) (přípatka)</p> 	<p>1.306 Odrazem snožmo skok s přednožením povýš (úhel v bocích < 90°) a obr. 360°</p> 			
<p>1.107(*) Odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo (štička – obě nohy nad horizontálou) nebo s čelným roznožením (úhel roznožení 180°)</p>  	<p>1.207(*) Odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo nebo s čelným roznožením a obr. 180°</p>  <p>Odrazem snožmo skok s bočným roznožením a obr. 180°</p> 	<p>1.307(*) Odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo nebo s čelným roznožením a obr. 360° <i>(Popa)</i></p>  <p>Odrazem snožmo skok s bočným roznožením a obr. 360°</p> 	<p>1.407(*) Odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo nebo s čelným roznožením a obr. 540°</p>  <p>Odrazem snožmo skok s bočným roznožením a obr. 540°</p> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>(*) Prvky ve stejném boxu označené (*) hvězdičkou získají HO jen jednou, a to v chronologickém pořadí</p> </div>	

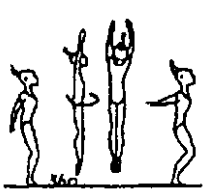
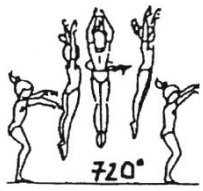

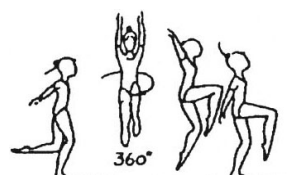
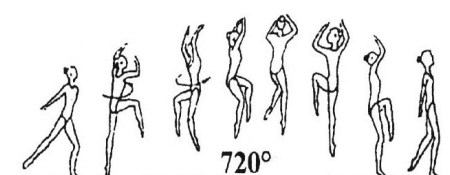
1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.108(*) Odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo (obě nohy nad horizontálou) nebo s čelným roznožením do vzporu ležmo, také s obr. 180° (Schuschunova)</p>  <p style="text-align: center;">180°</p>  <p style="text-align: center;">180°</p> <p>Odrazem jednož skok s přednožením povýš jedné a obr. 360° do vzporu ležmo</p>  <p style="text-align: center;">360°</p>	<p>1.208(*) Odrazem snožmo skok s přednožením roznožmo (obě nohy nad horizontálou) nebo s čelným roznožením a obr. 360° do vzporu ležmo</p>  <p style="text-align: center;">360°</p> <p>Odrazem jednož skok prohnuté v horizontální poloze s obr. 540° do vzporu ležmo</p>  <p style="text-align: center;">540°</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>(*) Prvky ve stejném boxu označené (*) hvězdičkou získají HO jen jednou, a to v chronologickém pořadí</p> </div>			

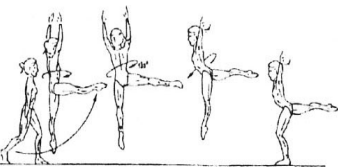



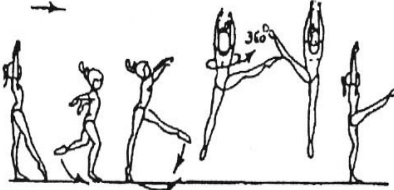

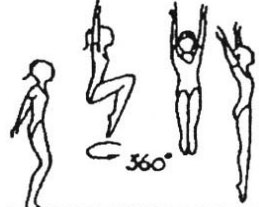





1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.109(*) Odrazem snožmo skok s bočným roznožením (úhel roznožení 180°)</p>   <p>Jelení skok</p>   <p>Jelení skok s obr. 180°</p>   <p>Odrazem snožmo skok s bočným roznožením a doskokem jednož (úhel roznožení 180°; šikmo k zemi 45°) (Sissone)</p>  	<p>1.209(*) Odrazem snožmo skok se skrčením zánožmo povýš jedné (do výše hlavy, s prohnutím a se záklonem, úhel roznožení 180°), i se skrčením přednožmo</p>     <p>Odrazem snožmo skok se skrčením zánožmo povýš jedné (do výše hlavy, se záklonem, nohy rovnoběžně se zemí, úhel roznožení 180°), také s obr. 180°</p>    	<p>1.309 Odrazem jednož skok se skrčením zánožmo povýš jedné (do výše hlavy, se záklonem, nohy rovnoběžně se zemí, úhel roznožení 180°)</p>  	<p>1.409(*) Odrazem jednož kadetový skok se skrčením zánožmo povýš jedné (do výše hlavy, se záklonem) s obr. 180° (Ferrari)</p>   <p>Odrazem snožmo skok se skrčením zánožmo povýš jedné (do výše hlavy, se záklonem) s obr. 360° (Jurkowska-Kowalska)</p>   <p>Odrazem jednož skok se skrčením zánožmo povýš jedné (do výše hlavy, se záklonem) s obr. 180° (Ting)</p>  	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>(*) Prvky ve stejném boxu označené (*) hvězdičkou získají HO jen jednou, a to v chronologickém pořadí</p> </div>	


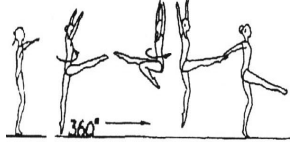
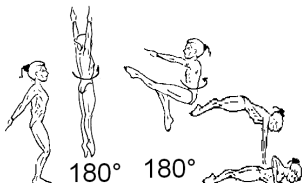
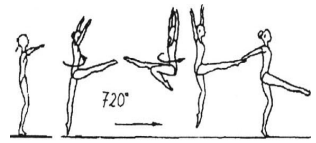
1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.110 Odrazem snožmo nebo jednož skok prohnuté s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;">○</p>	<p>1.210</p>	<p>1.310 Odrazem snožmo nebo jednož skok prohnuté s obr. 720°</p>  <p style="text-align: center;">○</p>			
<p>1.111 Skok střížný přednožmo skrčmo (kolena střídavě nad úrovní horizontály) (čertík)</p>  <p style="text-align: center;">M</p>	<p>1.211 Skok střížný přednožmo skrčmo (kolena střídavě nad úrovní horizontály) (čertík) s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;">M</p>	<p>1.311 Skok střížný přednožmo skrčmo s obr. 720° (Benton)</p>  <p style="text-align: center;">M</p>			

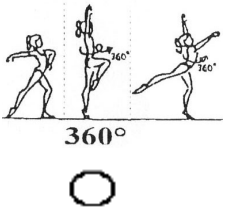
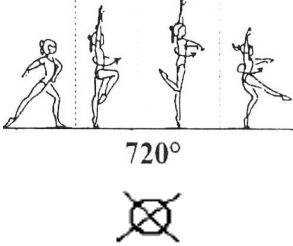
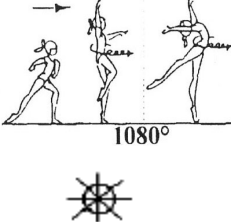
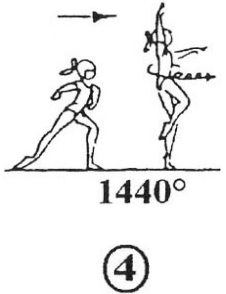
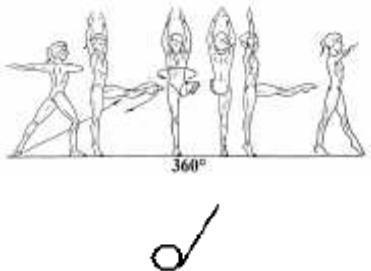
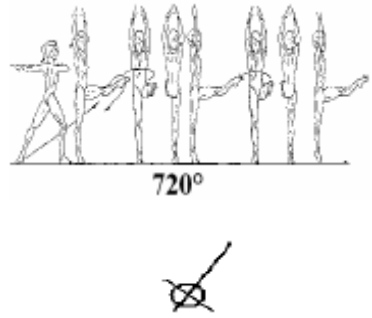
1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.112 Odrazem jednož skok s přednožením a obr. 180° do váhy p ředklonmo s doskokem na odrazovou nohu (fouetté) (švihová noha nad horizontálou)</p>  	<p>1.212 Odrazem jednož skok s přednožením povýš jedné a obr. 180° (švihová noha nad horizontálou)</p>  	<p>1.312(*) Odrazem jednož skok s přednožením povýš jedné a obr. 360° (švihová noha nad horizontálou - napnutá či skrčená - v průběhu celého skoku)</p>  			
<p>1.113</p>	<p>1.213 Odrazem jednož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo s obr. 360° (kolena nad úrovní horizontály)</p>  	<p>1.313(*) Odrazem jednož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo s obr. 720°, také do vzporu ležmo (Ziganshiva)</p>    	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>(*) Prvky ve stejném boxu označené (*) hvězdičkou získají HO jen jednou, a to v chronologickém pořadí</p> </div>		

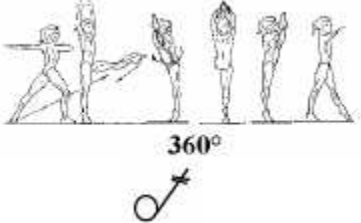
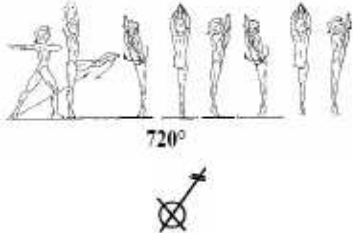
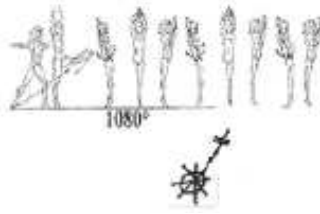
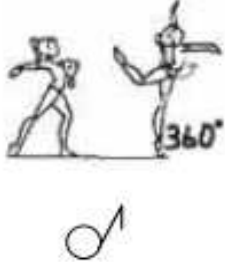

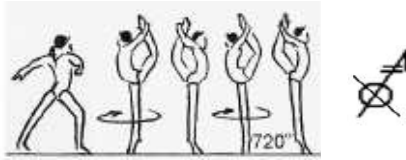
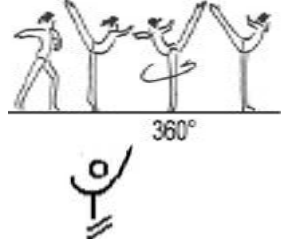
1. SKOKY

A	B	C	D	E	F/G
<p>1.114 Odrazem jednoož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé (nad horizontálu, kolena u sebe)</p>  <p style="text-align: center;"><u>W</u></p>	<p>1.214(*) Odrazem jednoož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;"> <u>W</u></p> <p>Odrazem snožmo nebo jednoož skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé s obr. 360° do vzporu ležmo</p>  <p style="text-align: center;"> <u>W</u> W</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;"> <p>(*) Prvky ve stejném boxu označené (*) hvězdičkou získají HO jen jednou, a to v chronologickém pořadí</p> </div>		<p>1.514 Odrazem jednoož nebo snožmo skok se skrčením přednožmo jedné a přednožením druhé s obr. 720°</p>  <p style="text-align: center;"> <u>W</u></p>	


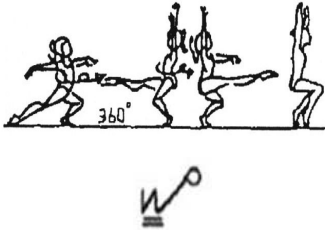
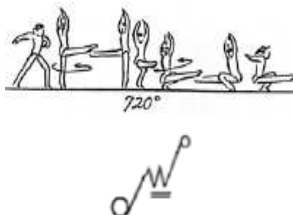
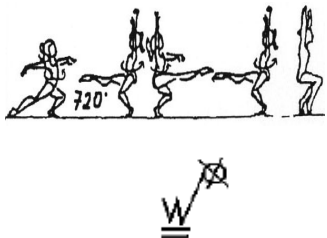
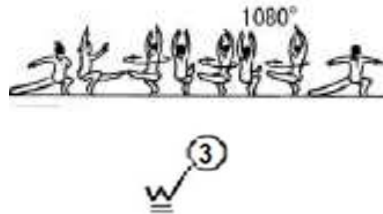
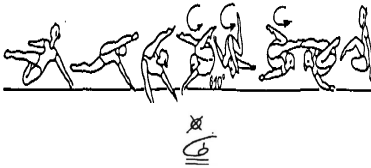
2. OB RATY

A	B	C	D	E	F/G
<p>2.101 Obrat o 360° jednož, švihová noha libovolně pod horizontálou</p> 	<p>2.201 Obrat o 720° jednož, švihová noha libovolně pod horizontálou</p> 	<p>2.301 Obrat o 1080° jednož, švihová noha libovolně pod horizontálou</p> 		<p>2.501 Obrat o 1440° nebo více - jednož, švihová noha libovolně pod horizontálou <i>(Gomez)</i></p> 	
	<p>2.202 Obrat o 360° jednož v p řednožení - noha v horizontální poloze v průběhu celého obratu , (stojná noha napnutá nebo skrčená)</p> 		<p>2.402 Obrat o 720° jednož v p řednožení - noha v horizontální poloze v průběhu celého obratu , (stojná noha napnutá nebo skrčená)</p> 		

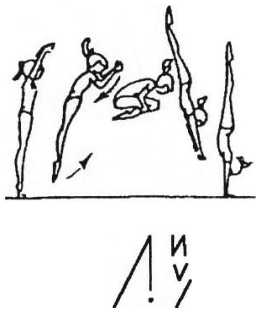
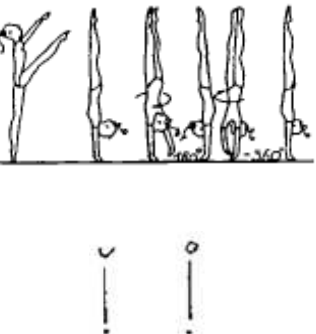
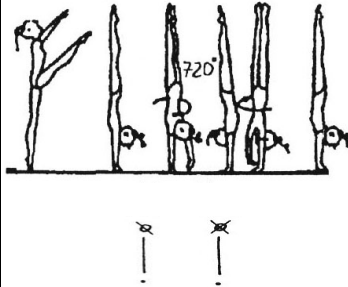
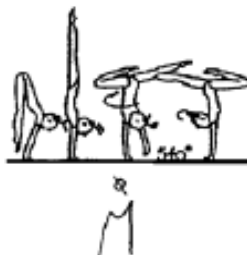
2. OBRATY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>2.203 Obrat o 360° jednož s držním nohy rukou nad horizontálou (úhel roznožení 180°) v průběhu celého obratu</p> 		<p>2.403 Obrat o 720° jednož s držním nohy rukou nad horizontálou (úhel roznožení 180°) v průběhu celého obratu <i>(Memmel)</i></p> 	<p>2.503 Obrat o 720° jednož s držním nohy rukou nad horizontálou (úhel roznožení 180°) v průběhu celého obratu <i>(Mustafina)</i></p> 	
	<p>2.204 Obrat o 360° jednož v zanožení (koleno v horizontále v průběhu obratu)</p> 		<p>2.404(*) Obrat o 720° jednož v zanožení (koleno v horizontále v průběhu obratu) <i>(Semenova)</i></p>  <p>Obrat o 720° jednož v zanožení s držním nohy oběma rukama <i>(Berar)</i></p> 		
	<p>2.205 Obrat o 360° ve váze p ředklonmo, noha nad horizontálou v průběhu celého obratu</p> 				

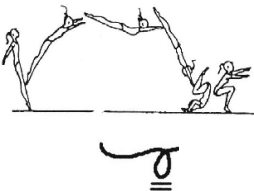
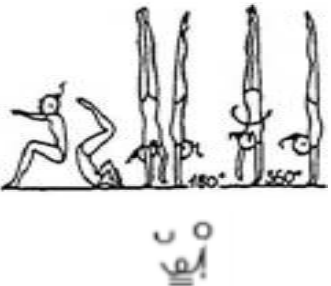
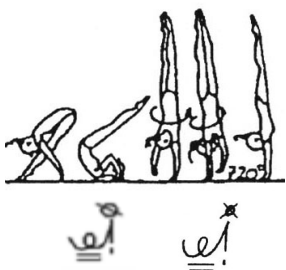
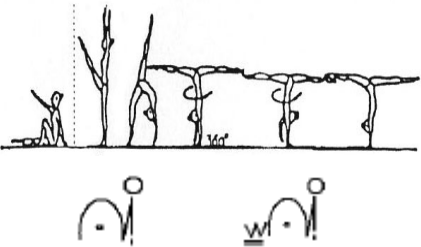
2. OBRATY

A	B	C	D	E	F/G
	<p>2.206 Obrat o 360° jednož s p ředklonem a zanožením švihové nohy (180°) bez dotyku země rukou (podmetenka)</p> 				
2.107	<p>2.207 Obrat o 360° ve dřepu jednož (švihová noha napnutá)</p> 	<p>2.307 Obrat o 720° započatý v přednožení (noha v horizontální poloze), dokončený ve dřepu jednož (švihová noha napnutá) (<i>Nguyen</i>)</p> 	<p>2.407 Obrat o 720° ve dřepu jednož - švihová noha napnutá v průběhu obratu (obrat nesmí být začat odrazem rukou ze země)</p> 	<p>2.507 Obrat o 1080° ve dřepu jednož - švihová noha napnutá v průběhu obratu (obrat nesmí být začat odrazem rukou ze země) (<i>Mitchell</i>)</p> 	
2.107	<p>2.208 Obrat o 720° a více v lehu vznesmo (úhel trup - nohy uzavřený)</p> 		2.407	2.507	

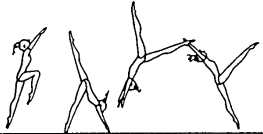
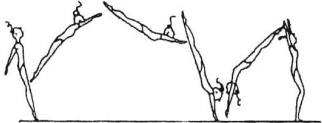
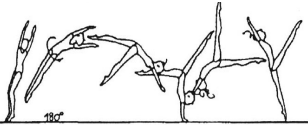
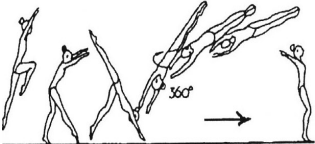

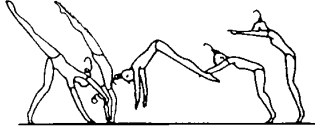
3. PRVKY S DOHMATEM RUKOU

A	B	C	D	E	F/G
<p>3.101 Odrazem snožmo skok do stoji na rukou skrčmo, schylmo nebo prohnuté, konečná poloha libovolná, také odrazem nebo zvolna schylmo stoj na rukou s obr.180° - 360° ve stoji, kone čná poloha libovolná</p>  	<p>3.201 Odrazem snožmo skok do stoji na rukou skrčmo, schylmo nebo prohnuté, i odrazem nebo zvolna schylmo stoj na rukou s obr. 540° - 720° ve stoji, kone čná poloha libovolná</p>  				

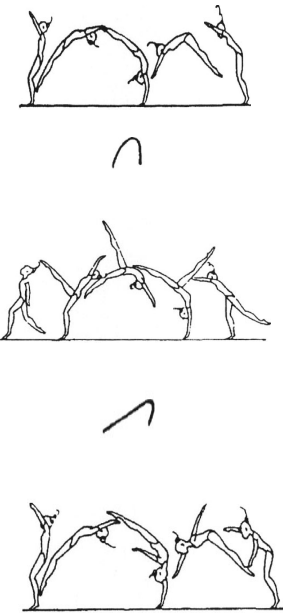
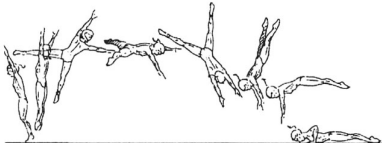

3. PRVKY S DOHMATEM RUKOU

A	B	C	D	E	F/G
<p>3.102 Kotoul letmo</p> 					
<p>3.103 Kotoul vzad do stoje na rukou s obr. 180° nebo 360° ve stoji</p> 	<p>3.203 Kotoul vzad do stoje na rukou s obr. 540° - 720° ve stoji</p> 				
<p>3.104 Přemet vzad zvolna ze stoje nebo vzporu sedmo vzađu (Valdez) do stoje na rukou s obr. 360° ve stoji, konečná poloha libovolná</p> 					

3. PRVKY S DOHMATEM RUKOU

A	B	C	D	E	F/G
<p>3.105 Odrazem jednož přemet vpřed letmo nebo odrazem snožmo přemet vpřed letmo bez nebo s letovou fází před dohmatem, doskok libovolný (flik vpřed)</p>   <p>Odrazem snožmo skok s obr. 180° do stoje na rukou a přemet vpřed letmo, doskok libovolný (twist přemet)</p> 		<p>3.305 Přemet vpřed s obr. 360° po odrazu rukou, také odrazem snožmo skok s obr. 360° do stoje na rukou a přemet vpřed <i>(Mostepanova)</i></p>  			
<p>3.106 Rondat</p> 					

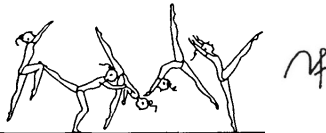
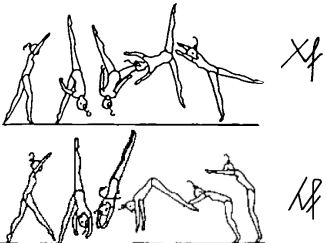
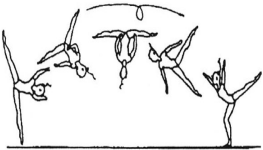
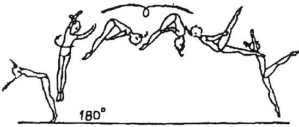
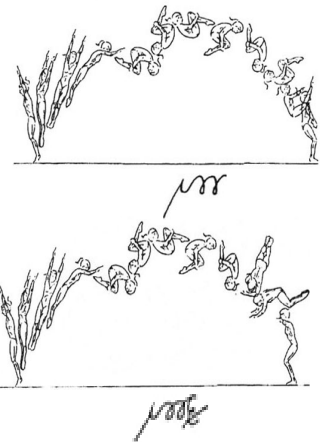
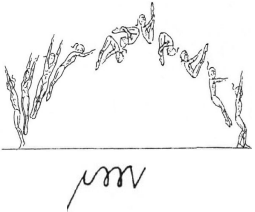

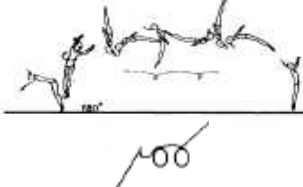
3. PRVKY S DOHMATEM RUKOU

A	B	C	D	E
<p>3.107 Přemet vzad (flik), přemet vzad odrazem jednož (Auerbach flik), všechny varianty i jednoruč</p>  <p style="text-align: center;">∩</p> <p style="text-align: center;">∩</p> <p style="text-align: center;">∩</p> <p style="text-align: center;">∩</p> <p>Odrazem snožmo skok vzad s obr. 90° a salto stranou roznožmo prohnuté s dalším obr. 90° do vzporu ležmo (Tsavaridou)</p>  <p style="text-align: center;">d/s</p>	<p>3.207 Přemet vzad s obr. 360° před dohmatem rukou (flik)</p>  <p style="text-align: center;">∩</p>			

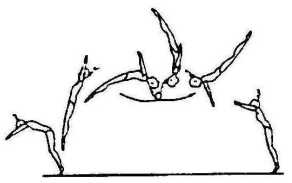
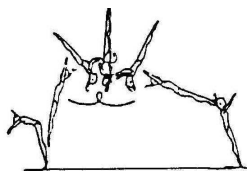
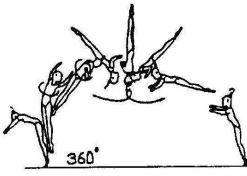
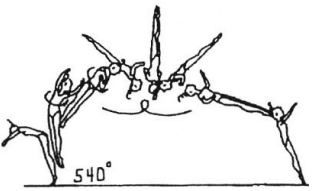
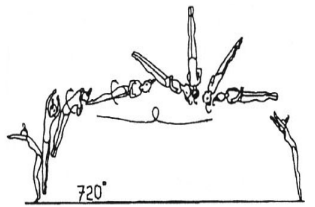
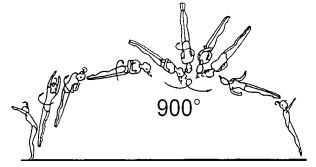
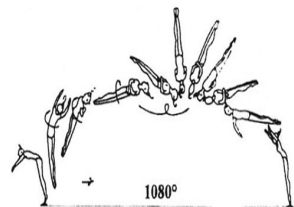
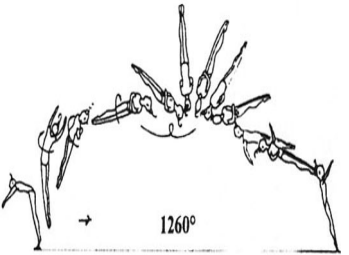
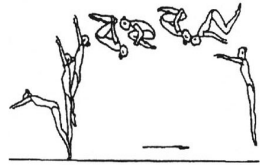
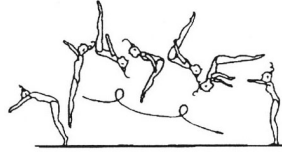
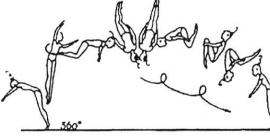
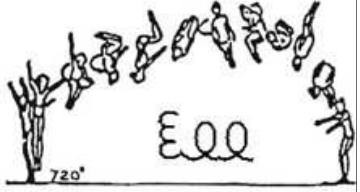
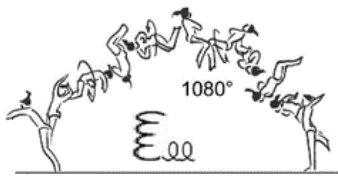
4. SALTA VPŘED A STRANOU

A	B	C	D	E	F/G/H
<p>4.101 Salto vpřed skrčmo nebo schylmo</p>	<p>4.201 Salto vpřed skrčmo s obr. 180° nebo 360°, také salto vpřed schylmo s obr. 180°</p>	<p>4.301</p>	<p>4.402 Salto vpřed prohnuté s obr. 720° (<i>Tarasevich</i>)</p>	<p>4.501 Dvojně salto vpřed skrčmo (<i>Podkopayeva</i>)</p>	<p>4.601 – F – Dvojně salto vpřed skrčmo s obr. 180° (<i>Podkopayeva</i>)</p>
	<p>4.202 Salto vpřed prohnuté i roznožmo, také s obr. 180°</p>	<p>4.302 Salto vpřed prohnuté s obr. 360° nebo 540°</p>	<p>4.502 Salto vpřed prohnuté s obr. 900° (<i>Cojocar</i>)</p>	<p>4.602 Salto vpřed prohnuté s obr. 1080° (<i>Maldonado</i>)</p>	

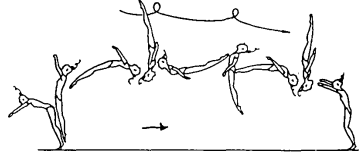
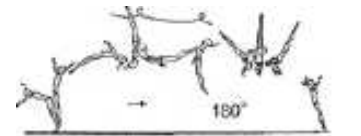
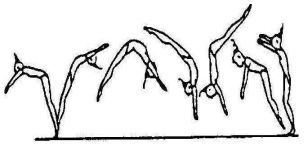
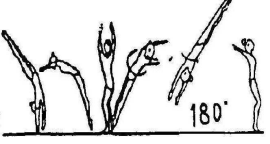
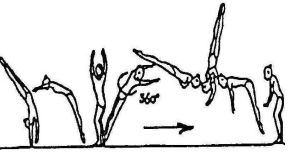
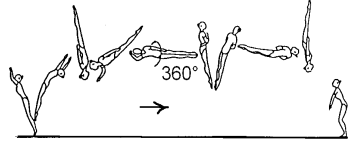
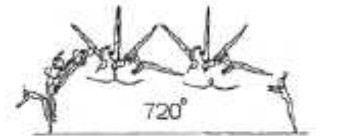
4. SALTA VPŘED A STRANOU

A	B	C	D	E	F/G/H
<p>4.103 Odrazem jednož salto vpřed prohnuté s doskokem jednož (šprajcka)</p> 					
<p>4.104 Odrazem jednož salto stranou prohnuté s doskokem jednož (arab) nebo rondat bez dohmatu</p> 					
<p>4.105 Odrazem vpřed jednož nebo snožmo salto stranou roznožmo skřmo, schylmo (kablo)</p> 	<p>4.205 Odrazem snožmo skok s obr. 180° a salto vpřed skřmo nebo schylmo s doskokem libovolně (twist-salto)</p> 			<p>4.505 Odrazem snožmo skok s obr. 180° a dvojné salto vpřed skřmo i s obr. 180° (dvojné twist salto) (Andreasen)/(Jentsch)</p> 	<p>4.605 - F - Dvojné twist salto schylmo (Dos Santos)</p>  <p>Také s obr. 180° (Oliveira)</p> 
					<p>4.805 - H - Dvojné twist salto prohnuté (Dos Santos)</p> 

5. SALTA VZAD

A	B	C	D	E	F/G/H/ I/J
<p>5.101 Salto vzad skrčmo, schylmo, prohnuté</p>  <p style="text-align: center;"><i>eeeee</i></p>	<p>5.201 Salto vzad prohnuté s obr. 180° nebo salto vzad skrčmo nebo prohnuté s obr. 360°</p>  <p style="text-align: center;"><i>E</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>E¹¹</i></p>	<p>5.301 Salto vzad prohnuté s obr. 540° nebo 720°</p>  <p style="text-align: center;"><i>E</i></p>  <p style="text-align: center;"><i>E</i></p>	<p>5.401 Salto vzad prohnuté s obr. 900°</p>  <p style="text-align: center;"><i>EE</i></p>	<p>5.501 Salto vzad prohnuté s obr. 1080°</p>  <p style="text-align: center;"><i>EE</i></p>	<p>5.601 - F - Salto vzad prohnuté s obr. 1260°</p>  <p style="text-align: center;"><i>EE</i></p>
			<p>5.402 Dvojné salto vzad skrčmo (<i>Kim</i>)</p>  <p style="text-align: center;"><i>ee</i></p> <p>Dvojné salto vzad schylmo</p>  <p style="text-align: center;"><i>ee</i></p>	<p>5.502 Dvojné salto vzad skrčmo nebo schylmo s obr. 360° (<i>Mukhina</i>)</p>  <p style="text-align: center;"><i>ee ee</i></p>	<p>5.802 - H - Dvojné salto vzad skrčmo s obr. 720° (<i>Silvas</i>)</p>  <p style="text-align: center;"><i>ee</i></p> <p>5.1002 - J - Dvojné salto vzad skrčmo s obr. 1080° (<i>Biles</i>)</p>  <p style="text-align: center;"><i>ee</i></p>

5. SALTA VZAD

A	B	C	D	E	F/G/H/I/J
					<p>5.603 - F - Dvojn� salto vzad prohnut�</p>  <p style="text-align: center;"><i>ll</i></p> <p>5.703 - G - Dvojn� salto vzad prohnut� s obr. 180� (Biles)</p>  <p style="text-align: center;"><i>ll</i></p>
<p>5.104 Tempo salto vzad</p>  <p style="text-align: center;"><i>n</i></p>	<p>5.204 Tempo salto vzad s obr. 180�</p>  <p style="text-align: center;"><i>n</i></p>	<p>5.304 Tempo salto vzad s obr. 360�</p>  <p style="text-align: center;"><i>n</i></p>			<p>5.803 - H - Dvojn� salto vzad prohnut� s obr. 360� (Chusovitina/Touzchikova)</p>  <p style="text-align: center;"><i>ll</i></p> <p>5.903 - I - Dvojn� salto vzad prohnut� s obr. 360� (Moors)</p>  <p style="text-align: center;"><i>ll</i></p>