

Тарифный лист

Шифр - _____

Номер элемента	Элементы и соединения	Стоимость (баллы)	Сбавки
1.1	Равновесие на одной, вторую согнуть вперёд	0,2	
1.2	«Ласточка»	0,4	
1.3	Боковое равновесие	0,4	
1.4	Фронтальное равновесие с захватом	0,6	
1.5	Заднее равновесие	0,6	
1.6	Равновесие на одной «кольцо»	0,7	
1.7	Фронтальное равновесие	0,9	
2.1	Кувырок вперёд	0,2	
2.2	Кувырок вперёд прыжком	0,4	
2.3	Кувырок вперед согнувшись в стойку ноги врозь	0,6	
2.4	Кувырок вперед согнувшись	0,8	
3.1	Стойка на голове согнув ноги	0,4	
3.2	Силой, сгибая ноги, стойка на голове	0,5	
3.3	Силой, согнувшись, стойка на голове	0,6	
3.4	Силой, согнувшись, стойка на голове.	0,6	
	Разгибая руки, стойка на руках	0,4	
3.5	«Спичаг» (обозначить)	1,2	
3.6	«Спичаг» (держат)	1,4	
4.1	Кувырок вперёд прыжком	0,3	
4.2	Стойка на руках, кувырок вперёд	0,5	
4.3	Стойка на руках, кувырок через прямые руки, в стойку ноги врозь	0,7	
4.4	Стойка на руках, кувырок согнувшись через прямые руки	0,9	
4.5	Стойка на руках (<u>держат</u>), кувырок согнувшись через	1,1	

	прямые руки		
5.1	Мост из положения лёжа	0,3	
5.2	Мост	0,5	
5.3	Мост с опорой на одну ногу	0,7	
6.1	Прыжок вверх ноги врозь «разножка»	0,4	
6.2	Прыжок верх ноги врозь	0,4	
6.3	Прыжок касаясь	0,5	
6.4	«Казак»	0,6	
6.5	«Казак» с поворотом на 180°	0,8	
6.6	Прыжок шагом	0,9	
6.7	«Казак» с поворотом на 360°	1,1	
7.1	«Колесо»	0,3	
7.2	Два «колеса» (слитно)	0,6	
7.3	«Колесо» с опорой на одну руку	0,6	
7.4	«Колесо», «колесо» с опорой на одну руку (слитно)	0,8	
7.5	«Колесо» с опорой на одну руку, «колесо» (слитно)	0,8	
7.6	«Колесо» с опорой на левую (правую) руку, «колесо» с опорой на правую (левую) руку	1,0	
8.1	Кувырок назад	0,2	
8.2	Кувырок назад в стойку ноги врозь	0,3	
8.3	Кувырок назад в упор стоя согнувшись	0,4	
8.4	Кувырок назад согнувшись	0,6	
8.5	Кувырок назад в стойку на руках (обозначить)	0,8	
8.6	Кувырок назад согнувшись в стойку на руках (обозначить)	1,0	
8.7	Кувырок назад в стойку на руках (держать)	1,2	
9.1	Прыжок на 360°	0,3	
9.2	Прыжок на 540°	0,5	
9.3	Прыжок на 720°	0,8	

10	«Рондат»	0,2	
11	«Перекидка»	0,3	
12.1	В стойке на руках поворот на 180°	0,3	
12.2	В стойке на руках поворот на 360°	0,5	
13	Переворот, «фляк»	0,4	
14	Сальто	0,6	
		СЛОЖНОСТЬ	
		ТЕХНИКА	
		ИТОГОВЫЙ БАЛЛ	