

Комбинация 7 – 8 класс (юноши)

№	Акробатические элементы	Баллы
1	И.п. - о.с. 2-3 шага разбега, кувырок вперед прыжком в упор присев	1,5
2	Кувырок вперед в упор присев, встать	1,0
3	Шагом вперед равновесие на правой (левой), руки в стороны (держать), выпрямиться в стойку руки в стороны	1,0
4	Шагом одной прыжок со сменой прямых ног («ножницы»), упор присев	1,0
5	Толчком двумя стойка на голове и руках (держать), силой опуститься в упор лежа, толчком двумя упор присев	2,5
6	Кувырок назад, встать	1,5
7	Прыжок вверх с поворотом на 360°	1,5

Комбинация 7-8 класс (девочки)

№	Акробатические элементы	Баллы
1	И.п. - о.с. Шагом вперед равновесие на правой (левой) руки в стороны, держать, приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки в стороны	1,0
2	Шагом одной прыжок со сменой согнутых ног («козлик»), шаг и приставляя ногу, упор присев	1,0
3	Два кувырка вперед упор присев	2,0
4	Перекаат назад в стойку на лопатках (держать), перекаат вперед, в сед ноги врозь, руки в стороны, лечь на спину, руки вверх, ноги вместе	1,0
5	Согнув руки и ноги мост, (держать), поворот направо (налево) кругом в упор присев	2,0
6	Кувырок назад упор присев, встать	1,5
7	Прыжок вверх с поворотом на 360°	1,5