

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	0,5	
1.4	Фронтальное равновесие с захватом	0,7	
1.5	Заднее равновесие	0,8	
1.6	Фронтальное равновесие	1,0	
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	Силой, сгибая ноги, стойка на голове	0,3	
3.2	Силой, согнувшись, стойка на голове	0,5	
3.3	«Спичаг» (обозначить)	1,3	
3.4	«Спичаг» (держат)	1,5	
4.1	Силой, опуститься в упор лёжа	0,2	
4.2	Сгибая, разгибая ноги, стойка на руках	0,4	
4.3	Силой, стойка на руках	0,6	
5.1	Кувырок вперёд прыжком	0,2	
5.2	Стойка на руках, кувырок вперёд	0,4	
5.3	Стойка на руках, кувырок через прямые руки, ноги врозь	0,5	
5.4	Стойка на руках, кувырок согнувшись через прямые руки	0,7	
5.5	Стойка на руках (<u>держат</u>), кувырок согнувшись через прямые руки	1,0	
6.1	Прыжок вверх ноги врозь	0,3	
6.2	Прыжок вверх согнувшись ноги врозь	0,5	

6.3	Прыжок вверх согнувшись ноги вместе	0,7	
6.4	Прыжок «Шушунова»	1,0	
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 в упор стоя согнувшись	0,5	
8.5	Кувырок назад в стойку на руках (обозначить)	0,6	
8.6	Кувырок назад согнувшись в стойку на руках (обозначить)	0,7	
8.7	Кувырок назад согнувшись в стойку на руках через прямые руки (обозначить)	0,9	
8.8	Кувырок назад согнувшись в стойку на руках (<u>держать</u>) через прямые руки	1,1	
9.1	Прыжок на 360°	0,5	
9.2	Прыжок на 540°	0,7	
9.3	Прыжок на 720°	1,0	
10	«Рондат»	0,3	
11.1	В стойке на руках поворот на 180°	0,4	
11.2	В стойке на руках поворот на 360°	0,6	
12	Переворот, «фляк»	0,5	
13.1	Сальто	0,5	
13.2	Сальто согнувшись	0,6	
	СЛОЖНОСТЬ		
	ТЕХНИКА		
	ИТОГОВЫЙ БАЛЛ		