Nr	Namn										Fall	
Kullerbytta till grensittande	Fritt grensittande 1-2 sek	Överkropp framåt - haka/bröst/ mage i golv	Res upp överkroppen - rulla bakåt till huksitt	Grupperat stöd 1-2 sek	Spark till handstående *(markera)* nedrullning till stående	Benlyft/spark fram - fram minst 90°	Benlyft/spark bak - bak minst 45°	Hjulning till krum	Pikerad kullerbytta bakåt till pikstående	Handstående - nedgång till brygga 1-2 sek	Poäng	
											Slutpoäng	

Nr	Namn										Fall	
Kullerbytta till grensittande	Fritt grensittande 1-2 sek	Överkropp framåt - haka/bröst/ mage i golv	Res upp överkroppen - rulla bakåt till huksitt	Grupperat stöd 1-2 sek	Spark till handstående *(markera)* nedrullning till stående	Benlyft/spark fram - fram minst 90°	Benlyft/spark bak - bak minst 45°	Hjulning till krum	Pikerad kullerbytta bakåt till pikstående	Handstående - nedgång till brygga 1-2 sek	Poäng	
											Slutpoäng	

Nr	Namn										Fall	
Kullerbytta till grensittande	Fritt grensittande 1-2 sek	Överkropp framåt - haka/bröst/ mage i golv	Res upp överkroppen - rulla bakåt till huksitt	Grupperat stöd 1-2 sek	Spark till handstående *(markera)* nedrullning till stående	Benlyft/spark fram - fram minst 90°	Benlyft/spark bak - bak minst 45°	Hjulning till krum	Pikerad kullerbytta bakåt till pikstående	Handstående - nedgång till brygga 1-2 sek	Poäng	
											Slutpoäng	

Nr	Namn										Fall	
Kullerbytta till grensittande	Fritt grensittande 1-2 sek	Överkropp framåt - haka/bröst/ mage i golv	Res upp överkroppen - rulla bakåt till huksitt	Grupperat stöd 1-2 sek	Spark till handstående *(markera)* nedrullning till stående	Benlyft/spark fram - fram minst 90°	Benlyft/spark bak - bak minst 45°	Hjulning till krum	Pikerad kullerbytta bakåt till pikstående	Handstående - nedgång till brygga 1-2 sek	Poäng	
											Slutpoäng	