



## Sprong B-lijn

*Trampoline tot 60 cm.*

<b>Level 6</b>	<i>Beide sprongen moeten gesprongen worden</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- Streksprong, rol voorover</li><li>- Streksprong, rol voorover</li></ul>
<b>Level 5</b>	<i>Beide sprongen moeten gesprongen worden</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- Spreidsprong, stap handstand plat</li><li>Spreidsprong, stap arabier plat</li></ul>
<b>Level 4</b>	<i>Spring 2 verschillende sprongen</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rol op</li><li>- Handstand rol</li><li>- Handstand plat</li></ul>

*Trampoline Pegases tot 30cm.*

*Mini, Instap, Pupil: 1.15m.*

*Junior, Senior: 1.35m.*

<b>Level 3</b>	<i>Spring 2 sprongen, dit mogen dezelfde sprongen zijn</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rol over</li><li>- Handstand rol</li><li>- Streksprong op, arabier 1 arm af</li><li>- Streksprong op, overslag af</li></ul>
<b>Level 2</b>	<i>Spring 2 sprongen, dit mogen dezelfde sprongen zijn</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tip salto</li><li>- Streksprong op, salto voorover af</li><li>- Streksprong op, salto achterover af</li><li>- Streksprong op, losse arabier af</li></ul>
<b>Level 1</b>	<i>Spring 2 sprongen, dit mogen dezelfde sprongen zijn</i> <ul style="list-style-type: none"><li>- Overslag</li><li>- Arabier</li><li>- Tipsalto</li><li>- ½ in</li><li>Yamasita</li></ul>