

Комбинация 9-11 класс (юноши)

№	Акробатические элементы И.п. – о.с.	баллы
1	Шагом вперед равновесие направой (левой) руки в стороны, держать, приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки вверх	1
2	Кувырок вперед прыжком, прыжок ноги врозь (слитно)	1
3	Шагом одной прыжок со сменой согнутых ног («козлик»)	1
4	Махом одной, толчком другой переворот в сторону (колесо) в стойку ноги врозь, руки в стороны – приставляя ногу поворот в сторону движения, упор присев	1,5
5	Кувырок назад, кувырок назад в стойку ноги врозь прогнувшись руки в стороны	1
6	Силой, согнув ноги стойка на голове и руках (держать)	2
7	Опуститься силой в упор лежа, прыжком в упор присев	1
8	Вставая прыжок с поворотом на 360°	1,5

Комбинация 9-11 класс (девушки)

№	Акробатические элементы И.п. – о.с.	баллы
1	Шагом вперед равновесие на правой (левой) руки в стороны, держать, приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки вверх	1
2	Шагом одной прыжок со сменой прямых ног («ножницы»)	1
3	Длинный кувырок, кувырок вперед (слитно)	1
4	Перекат назад в стойку на лопатках без помощи рук (держать)	1,5
5	Перекат вперед согнувшись в сед с наклоном вперед, руки вверх (держать), лечь на спину, руки вверх	1
6	Мост (держать) поворот в упор присев, встать руки вверх	1,5
7	Махом одной, толчком другой переворот в сторону (колесо) в стойку ноги врозь, руки в стороны – приставляя ногу поворот в сторону движения, упор присев	1,5
8	Кувырок назад, вставая прыжок вверх ноги врозь	1,5

Комбинация 7 – 8 класс (юноши)

№	Акробатические элементы И.п. – о.с.	баллы
1	Прыжок вверх с поворотом на 360°	1,5
2	Шагом вперед равновесие на правой (левой) руки в стороны, держать, приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки вверх	1,5
3	Длинный кувырок вперед	1
4	Шагом одной прыжок со сменой прямых ног («ножницы»), упор присев	1
5	Толчком двумя стойка на голове и руках (держать)	2
6	Упор присев, кувырок назад, кувырок назад (слитно)	1,5
7	Вставая прыжок вверх из упора присев на 180°	1,5

Комбинация 7-8 класс (девочки)

№	Акробатические элементы И.п. – о.с.	баллы
1	Шагом вперед равновесие на правой (левой) руки в стороны, держать, приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки вверх	1,5
2	Шагом одной прыжок со сменой согнутых ног («козлик»)	1
3	Кувырок вперед, кувырок вперед в сед ноги врозь (слитно), руки в стороны, лечь на спину, руки вверх, ноги вместе	2,5
4	Мост (держать), поворот влево (вправо) кругом в упор присев	2
5	Перекатом назад стойка на лопатках (держать)	1,5
6	Перекат вперед в упор присев, вставая прыжок вверх с поворотом на 180°	1,5

Комбинация 5-6 класс (мальчики)

№	Акробатические элементы И.п. – о.с.	баллы
1	Шагом вперед равновесие на правой (левой) руки в стороны, держать, приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки вверх	1,5
2	Два кувырка вперед в упор присев (слитно)	1,5
3	Перекатом назад стойка на лопатках (держать), перекат вперед в упор присев	2,5
4	Кувырок назад в упор присев, встать	1,5
5	Шагом одной прыжок со сменой согнутых ног («козлик»)	1
6	Прыжок вверх с поворотом на 360°	2

Комбинация 5-6 класс (девочки)

№	Акробатические элементы И.п. – о.с.	баллы
1	Шагом вперед равновесие на правой (левой) руки в стороны, держать, приставляя ногу, выпрямиться в стойку руки вверх	1,5
2	Кувырок вперед в упор присев	1
3	Перекатом назад стойка на лопатках (держать), перекат в сед, руки в стороны, лечь на спину, руки вверх	2,5
4	«Мост» из положения лёжа(держать), поворот направо (налево) кругом в упор присев, встать	2
5	Шагом одной прыжок со сменой прямых ног («ножницы»)	1,5
6	Прыжок вверх ноги врозь	1,5