

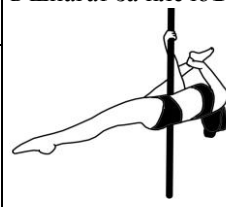
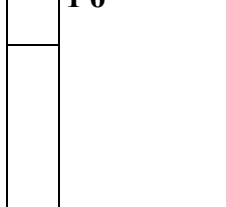


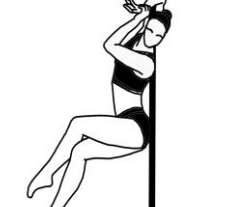
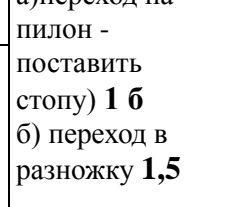
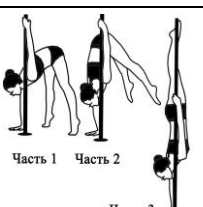

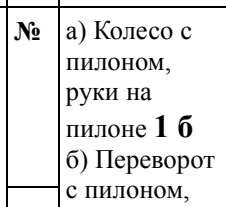
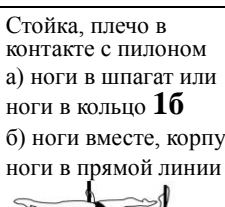
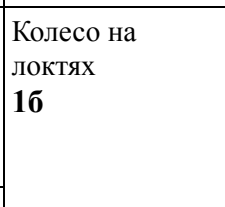

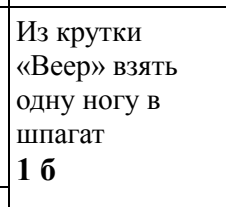
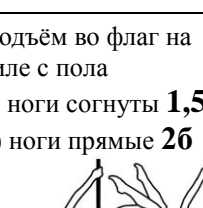
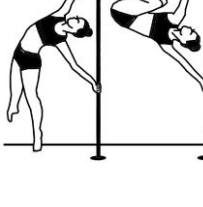
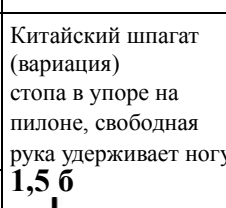
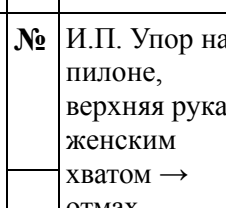

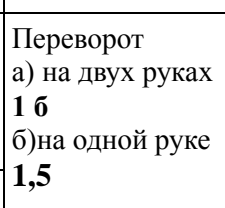
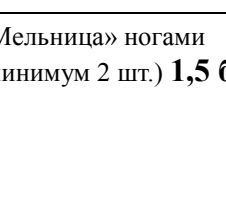
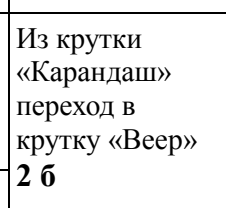






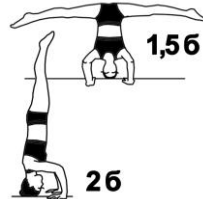








## ТЕХНИЧЕСКИЙ ПРОТОКОЛ ПО II РАЗРЯДУ КАТЕГОРИИ «ЮНИОРЫ 14 - 17»

	Сила 1		Гибкость 2		Комбинации 3		Баланс 4		Партер 5		Динамический 6		Крутки статик 7	
1	<p>Силовой выход в «Шоулдер маунт» с пола мужским хватом а) ноги согнуты <b>1 б</b></p>  <p>б) ноги прямые <b>1,5</b></p> 	№	<p>Вис на руке, затяжка разноименной ноги в шпагат за плечо <b>1б</b></p> 	№	<p>Соскок из скорпиона <b>1 б</b></p> 	№	<p>«Флаг» а) ноги в складке <b>1б</b> б) корпус и ноги в прямой линии <b>2 б</b></p> 	№	<p>Равновесие на одной ноге <b>1 б</b></p> 	№	<p>Вис на локте, ноги согнуты <b>1 б</b></p> 	№	<p>Из крутки на вылет («ВЕР») а) переход на пилон - поставить стопу) <b>1 б</b> б) переход в разножку <b>1,5</b></p> 	№
2	 <p>Часть 1    Часть 2</p> <p>Часть 3</p> <p>Выход в стойку на руке плечом к пилону через спичаг <b>1,5 б</b></p>	№	<p>Обратная «Аиша» в кольцо, стопы над головой <b>1,5 б</b></p> 	№	<p>а) Колесо с пилоном, руки на пилоне <b>1 б</b> б) Переворот с пилоном, руки на пилоне <b>1 б</b></p> 	№	<p>Стойка, плечо в контакте с пилоном а) ноги в шпагат или ноги в кольцо <b>1б</b> б) ноги вместе, корпус и ноги в прямой линии <b>2</b></p> 	№	<p>Колесо на локтях <b>1б</b></p> 	№	<p>«Ши-ши» <b>1 б</b></p> 	№	<p>Из крутки «Вер» взять одну ногу в шпагат <b>1 б</b></p> 	№
3	<p>Подъём во флаг на силе с пола а) ноги согнуты <b>1,5</b> б) ноги прямые <b>2б</b></p>  	№	<p>Китайский шпагат (вариация) стопа в упоре на пилоне, свободная рука удерживает ногу <b>1,5 б</b></p> 	№	<p>И.П. Упор на пилоне, верхняя рука женским хватом → отмах, оборот 360° → разножка <b>1,5 б</b></p> 	№	<p>«Джанейро» <b>1,5 б</b></p> 	№	<p>Переворот а) на двух руках <b>1 б</b> б) на одной руке <b>1,5</b></p> 	№	<p>«Мельница» ногами (минимум 2 шт.) <b>1,5 б</b></p> 	№	<p>Из крутки «Карандаш» переход в крутку «Вер» <b>2 б</b></p> 	№

4		<p>№ «Русский шпагат» а) отклонение от параллели 20° <b>1,5</b> б) параллельно полу <b>2 б</b></p> 	<p>№ Обрыв Соколовой из отмашки, поворот на 360° с обрывом в сед (в бедра) <b>1,5 б</b></p>	<p>№ «Аиша» классика, ноги в складку <b>1,5 б</b></p> 	<p>№ Стойка на предплечьях, ноги в полу шпагате, фиксация 2 сек. <b>1 б</b></p> 	<p>№ Крутка в цирковом флаге <b>1,5</b></p> 	<p>№ Из крутки «Веер» переход в «Шоулдер маунт» <b>2 б</b></p>	
5		<p>№ «Джамилла» а) свободная рука под тазом <b>1 б</b> б) свободная рука прямая <b>1,5 б</b> в) рука «Пассе» <b>2 б</b></p> 	<p>№ Сальто с пилоном на полу, хват на выбор <b>2 б</b></p>	<p>№ Обратная «Аиша» <b>1,5 б</b></p> 	<p>№ Стойка на голове а) ноги врозь <b>1,5 б</b> б) ноги вместе <b>2 б</b></p> 	<p>№ Вращение «Солдатык» с подтягиванием (минимум 3 шт). <b>2 б</b></p> 		
6		<p>№ «Хвост дракона» <b>1,5 б</b></p> 	<p>№ «Фонджи» сверху вниз 1 перехват <b>2 б</b></p>	<p>№ Стойка с упором в плечо, хват под локоть, ноги открыты, корпус параллелен полу <b>2 б</b></p> 	<p>№ Рондат <b>2 б</b></p>	<p>№ «Титаник» <b>2 б</b></p> 		

7		<p>«Бильман» а) верхняя согнута <b>1,5</b></p>  <p>б) верхн. нога прям. <b>2</b></p>	№	<p>Китайское колесо на пилоне на высоте не более 1 м</p> <p><b>2 б</b></p>	№			<p>Вставание с подъёмов</p> <p><b>2 б</b></p>	№	<p>Походка в тюльпане</p> <p><b>2 б</b></p>	№	
8		<p>«Китайские палочки» (сцепление под мышкой) <b>2 б</b></p> 	№									

Участник \_\_\_\_\_ Отметки о присвоении разряда ДА/НЕТ \_\_\_\_\_ Судья \_\_\_\_\_