







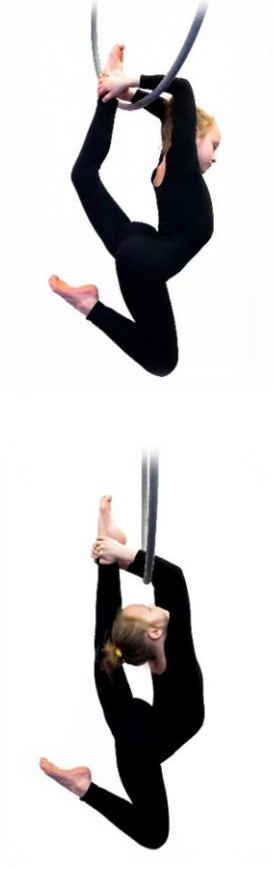













Код	Иллюстрация	Описание	Балл
<b>Элементы на гибкость (Flex)</b>			
F-IV-1		<b>Вис на локтевом сгибе с удержанием прямой ноги наверх</b>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание одноименных ног</li> <li>- Нижняя нога согнута</li> <li>- Линия раскрытия ног от стопы верхней ноги, до колена нижней ноги –180 градусов и более</li> </ul>	<b>5 баллов</b>
F-IV-2		<b>Вис на локтевом сгибе с удержанием прямой ноги вниз</b>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание одноименной рукой</li> <li>- Верхняя нога согнута</li> <li>- Линия раскрытия ног от колена верхней ноги, до стопы нижней ноги – 180 градусов и более.</li> </ul>	<b>5 баллов</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание разноименной рукой</li> <li>- Верхняя нога согнута</li> <li>- Линия раскрытия ног от колена верхней ноги, до стопы нижней ноги – 180 градусов и более.</li> </ul>	<b>5,5 баллов</b>





<p>F-IV-3</p>		<p><b>Вис на подмышечной впадине с удержанием ног в шпагат</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание одноименных ног</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> </ul>	<p><b>5 баллов</b></p>
<p>F-IV-4</p>		<p><b>Упор с прогибом спины</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Одноименная нога между кистью руки и кольцом</li> <li>- Прогиб спины</li> <li>- Плечи на одной линии</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>F-IV-5</p>		<p><b>Вис на подмышечных впадинах с разворотом корпуса и удержанием разноименных ног</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Руки прямые</li> <li>- Заднее колено согнуто</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> <li>- Удержание разноименных ног</li> </ul>	<p><b>5 баллов</b></p>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Руки прямые</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> <li>- Удержание разноименных ног</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>F-IV-6</p>		<p><b>Вис на пояснице в продольном шпагате с удержанием ноги в положении бильман</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги с проворотом плеч</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Кисти над ногой</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>




<p>F-IV-7</p>		<p><b>Вис локтевых сгибах с удержанием ноги в бильман</b></p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="810 230 1345 629"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги с проворотом плеч</li> <li>- Ноги согнутые</li> </ul> </td> <td data-bbox="1353 230 1485 629" style="text-align: center; vertical-align: top;"> <p><b>5 баллов</b></p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="810 640 1345 1021"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги с проворотом плеч</li> <li>- Верхняя нога прямая</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> </ul> </td> <td data-bbox="1353 640 1485 1021" style="text-align: center; vertical-align: top;"> <p><b>5,5 баллов</b></p> </td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги с проворотом плеч</li> <li>- Ноги согнутые</li> </ul>	<p><b>5 баллов</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги с проворотом плеч</li> <li>- Верхняя нога прямая</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги с проворотом плеч</li> <li>- Ноги согнутые</li> </ul>	<p><b>5 баллов</b></p>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги с проворотом плеч</li> <li>- Верхняя нога прямая</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>					
<p>F-IV-8</p>		<p><b>Вертикальный упор животом в нижнюю дугу, с удержанием ноги в положении бильман</b></p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="810 1189 1345 1570"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание прямой ноги с проворотом плеч в положение бильман</li> <li>- Удержание разноименной рукой</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> <li>- Нижняя нога согнута</li> </ul> </td> <td data-bbox="1353 1189 1485 1570" style="text-align: center; vertical-align: top;"> <p><b>5 баллов</b></p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="810 1581 1345 2054"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание прямой ноги с проворотом плеч в положение бильман</li> <li>- Удержание разноименной рукой</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> <li>- Нижняя нога прямая</li> <li>- Раскрытие продольного шпагата (180 градусов и более)</li> </ul> </td> <td data-bbox="1353 1581 1485 2054" style="text-align: center; vertical-align: top;"> <p><b>5,5 баллов</b></p> </td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание прямой ноги с проворотом плеч в положение бильман</li> <li>- Удержание разноименной рукой</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> <li>- Нижняя нога согнута</li> </ul>	<p><b>5 баллов</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание прямой ноги с проворотом плеч в положение бильман</li> <li>- Удержание разноименной рукой</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> <li>- Нижняя нога прямая</li> <li>- Раскрытие продольного шпагата (180 градусов и более)</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание прямой ноги с проворотом плеч в положение бильман</li> <li>- Удержание разноименной рукой</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> <li>- Нижняя нога согнута</li> </ul>	<p><b>5 баллов</b></p>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание прямой ноги с проворотом плеч в положение бильман</li> <li>- Удержание разноименной рукой</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> <li>- Нижняя нога прямая</li> <li>- Раскрытие продольного шпагата (180 градусов и более)</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>					

F-IV-9		<b>Вис на пятке с удержанием ноги в положение Бильман</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проворот плеч</li> <li>- Ноги согнуты</li> <li>- Удержание ноги за стопу</li> </ul>	<b>5 баллов</b>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проворот плеч</li> <li>- Верхняя нога прямая</li> <li>- Удержание ноги за стопу</li> </ul>		<b>5,5 баллов</b>
F-IV-10		<b>Вис на бедре с удержанием ног в положении Бильман</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проворот плеч</li> <li>- Ноги согнуты</li> <li>- Руки согнуты</li> </ul>	<b>5 баллов</b>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проворот плеч</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Ноги вместе</li> </ul>		<b>5,5 баллов</b>





<p>F-IV-11</p>		<p><b>Вис на руках в широком хвате с удержанием ноги между рук</b></p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="794 264 1350 555"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Руки в широком хвате</li> <li>- Две ноги на снаряде</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Нога под кистью разноименной руки</li> </ul> </td> <td data-bbox="1350 264 1495 555"> <p><b>5,5 баллов</b></p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="794 555 1350 1171"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Руки в широком хвате</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Нога под кистью разноименной руки</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> </ul> </td> <td data-bbox="1350 555 1495 1171"> <p><b>6 баллов</b></p> </td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Руки в широком хвате</li> <li>- Две ноги на снаряде</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Нога под кистью разноименной руки</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Руки в широком хвате</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Нога под кистью разноименной руки</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Руки в широком хвате</li> <li>- Две ноги на снаряде</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Нога под кистью разноименной руки</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Руки в широком хвате</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Нога под кистью разноименной руки</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>					
<p>F-IV-12</p>		<p><b>Вис на руке с упором в бедро и удержанием ноги в положении Бильман</b></p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="794 1283 1350 1597"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Проворот плеч</li> </ul> </td> <td data-bbox="1350 1283 1495 1597"> <p><b>6 баллов</b></p> </td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Проворот плеч</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Проворот плеч</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>					
<p>F-IV-13</p>		<p><b>Вис «Капелька» на нижней дуге</b></p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="794 1641 1350 2074"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прямой хват</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- На нижней дуге</li> </ul> </td> <td data-bbox="1350 1641 1495 2074"> <p><b>5,5 баллов</b></p> </td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Прямой хват</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- На нижней дуге</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Прямой хват</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- На нижней дуге</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>					





<p>F-IV-14</p>		<p><b>Вис «Капелька» на верхней дуге</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прямой хват</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- На верхней дуге</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>
<p>F-IV-15</p>		<p><b>Вис на боковой дуге кольцо с прогибом</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Верхняя рука на верхней дуге, нижняя рука на нижней дуге</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Ноги прямые</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>F-IV-16</p>		<p><b>Заворот корпуса на верхней дуге</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги в диагональной линии по отношению к полу</li> <li>- Подвздошные кости направлены вверх</li> <li>- Заворот</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>



<b>Элементы на силу (Power)</b>			
P-IV-1		<p><b>Вис на локтевом сгибе с удержанием ноги в шпагат</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Вис на локтевом сгибе</li> <li>- Удержание рукой разноименную ногу</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> </ul>	<b>5 баллов</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Вис на локтевом сгибе</li> <li>- Удержание рукой разноименную ногу</li> <li>- Проворот плеча</li> </ul>	<b>5 баллов</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Вис на локтевом сгибе</li> <li>- Удержание рукой разноименную ногу</li> <li>- Проворот плеча</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> </ul>	<b>5,5 баллов</b>
P-IV-2		<p><b>Шпагат с удержанием кольца обратным хватом</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обратный хват</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> <li>- Проворот плеча</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Удержание одноименной ноги</li> </ul>	<b>5 баллов</b>




<p>P-IV-3</p>		<p><b>Вис на пятках с упором в кольцо</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки прямые на нижней дуге</li> <li>- Прогиб в спине</li> <li>- Без зацепа за крепления, стропу</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5,5 баллов</b></p>
<p>P-IV-4</p>		<p><b>Упор «Крокодил»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Локоть нижней руки упирается в подвздошную кость</li> <li>- Дополнительный упор подмышечной впадиной верхней руки</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>6 баллов</b></p>
<p>P-IV-5</p>		<p><b>Вис «Задний флаг» с удержанием ноги</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги одноименной рукой</li> <li>- Удержание на участке от колена до щиколотки</li> <li>- Верхняя нога согнута</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5 баллов</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Проворот плеча</li> <li>- Удержание ноги одноименной рукой</li> <li>- Раскрытие продольной линии</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5,5 баллов</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Проворот плеча</li> <li>- Удержание ноги одноименной рукой</li> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>6 баллов</b></p>

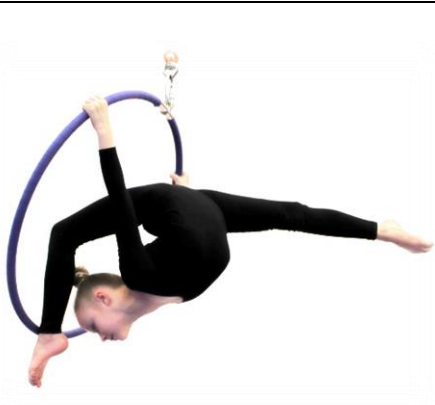







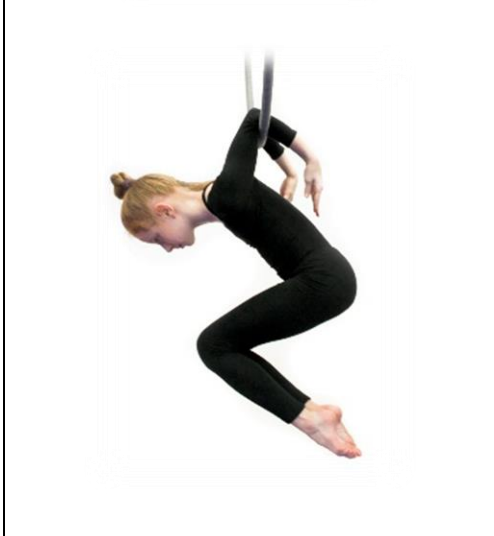

<p>P-IV-6</p>		<p><b>Упор в локоть «Крокодил»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Упор плечом</li> <li>- Локоть нижней руки упирается в подвздошную кость</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5,5 баллов</b></p>
<p>P-IV-7</p>		<p><b>Бланш в упоре на локтях</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Линия корпуса и ног параллельна полу</li> <li>- Ноги прямые</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>6 баллов</b></p>
<p>P-IV-8</p>		<p><b>Заворот на боковую дугу кольца в прогибе с удержанием ноги в бильман</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упор в подмышечную впадину</li> <li>- Удержание ноги в положении Бильман с проворотом плеча</li> <li>- Удержание одноименной рукой</li> <li>- Заднее колено согнуто</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5,5 баллов</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упор в подмышечную впадину</li> <li>- Удержание ноги в положении Бильман с проворотом плеча</li> <li>- Удержание одноименной рукой</li> <li>- Ноги прямые</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>6 баллов</b></p>
<p><b>Элементы на баланс (Balance)</b></p>		
<p>B-IV-1</p>		<p><b>Вис на стопе на верхней дуге с удержанием ноги в положении Бильман</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Без зацепа стопой за крепления</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5 баллов</b></p>




<p>В-IV-2</p>		<p><b>Горизонтальный вис на верхней дуге пояснице с удержанием ноги в бильман</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги в положении бильман, с полным проворотом плеч</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> <li>- Прямые руки</li> <li>- Колено задней ноги согнуто</li> </ul> <p><b>5 баллов</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги в положении бильман, с полным проворотом плеч</li> <li>- Удержание ноги за щиколотку</li> <li>- Прямые руки</li> <li>- Ноги прямые</li> </ul> <p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>В-IV-3</p>		<p><b>Шпагат с упором в плечо</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упор бедром в плечо</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Линия ног параллельна полу</li> </ul> <p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>В-IV-4</p>		<p><b>Продольный шпагат с упором в подмышечную впадину и прогибом</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 баллов и более)</li> <li>- Удержание одноименной ноги</li> <li>- Свободная рука удерживает боковую дугу кольца</li> <li>- Опорная нога щиколоткой касается руки</li> <li>- Ноги прямые</li> </ul> <p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>В-IV-5</p>		<p><b>Горизонтальный упор в грудь, с раскрытием продольного шпагата</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие продольного шпагата (180 градусов и более)</li> <li>- Щиколотка задней ноги проходит под кистью одноименной руки</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Колено задней ноги согнуто</li> </ul> <p><b>5,5 баллов</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие продольного шпагата (180 градусов и более)</li> <li>- Щиколотка задней ноги проходит под кистью одноименной руки</li> <li>- Руки прямые</li> <li>- Ноги прямые</li> </ul> <p><b>6 баллов</b></p>



<p>В-IV-6</p>		<p><b>Вис на пятке с удержанием одноименных ног</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги согнуты</li> <li>- Удержание одноименных ног</li> </ul>	<p><b>5 баллов</b></p>
<p>В-IV-7</p>		<p><b>Вис на одной стопе</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки не на снаряде</li> <li>- Нижняя нога прямая</li> </ul>	<p><b>5 баллов</b></p>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги в положении Бильман</li> <li>- Проворот плеч</li> <li>- Нижняя нога согнута</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Удержание ноги в положении Бильман</li> <li>- Проворот плеч</li> <li>- Нижняя нога прямая</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>

<p>В-IV-8</p>		<p><b>Вис на пятках с удержанием ног в положении Бильман</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проворот плеч</li> <li>- Ноги согнуты</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5,5 баллов</b></p>
<p>В-IV-9</p>		<p><b>Вис на пятках</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Ноги вместе</li> <li>- Руки не на снаряде</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5,5 баллов</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Вис на одной пятке</li> <li>- Вторая нога не на снаряде</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Руки не на снаряде</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>6 баллов</b></p>
<p>В-IV-10</p>		<p><b>Упор грудью в нижнюю дугу кольца, с удержанием ноги в Бильман</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упор грудью</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Удержание одноименной ноги в положении Бильман с проворотом плеч</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5,5 баллов</b></p>

<p>B-IV-11</p>		<p><b>Вис в прогибе на верхней дуге с упором в ногу</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие ног в продольную линию от колена задней ноги до стопы передней (180 градусов и более)</li> <li>- Прогиб в спине</li> <li>- Передняя нога в параллель полу</li> </ul>	
<p>B-IV-12</p>		<p><b>Вис на шее с удержанием ноги в положении Бильман</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 баллов и более)</li> <li>- Проворот плеч</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Удержание ноги на участке от колена до щиколотки</li> </ul>	
<p>B-IV-13</p>		<p><b>Вис с затяжкой над головой</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Раскрытие ног в продольный шпагат (180 градусов и более)</li> <li>- Ноги прямые</li> </ul>	
<p><b>Специальные элементы (Special)</b></p>			
<p>S-IV-1</p>		<p><b>Обрыв с вися на стопах в подколенки</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Без дополнительных удержаний, зацепов</li> <li>- С верхней дуги</li> </ul>	

<p>S-IV-2</p>		<p><b>Вращение на бедре</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Не менее 3 раз</li> <li>- Удержание ноги разноименной рукой</li> <li>- Без остановок</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>S-IV-3</p>	 	<p><b>Обрыв в локти с верхней дуги с поворотом</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- С локтевых сгибов</li> <li>- В локтевые сгибы</li> <li>- Без дополнительных фиксаций</li> <li>- Начальное и конечное положение - вис</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>S-IV-4</p>		<p><b>Вращение на локтях в положении складки</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 поворота и более</li> <li>- Начальное положение ноги прямые</li> <li>- Без остановки</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>

<p>S-IV-5</p>		<p><b>Обрыв с локтей в руки с поворотом</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Без дополнительных фиксаций</li> <li>- С верхней дуги</li> <li>- С поворотом</li> <li>- Удержание ног в конечном положении</li> </ul>	<p><b>5,5 баллов</b></p>
<p>S-IV-6</p>		<p><b>Перехваты на нижней дуге</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Из положение ноги вместе</li> <li>- В положение ноги в стороны</li> <li>- Две руки одновременно</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>
<p>S-IV-7</p>		<p><b>Сальто с перехватом</b></p>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- С нижней дуги</li> <li>- На нижнюю дугу</li> <li>- Из положения вис на подколенках</li> </ul>	<p><b>6 баллов</b></p>

<p>S-IV-8</p>		<p><b>Переворот с подмышечных впадин на таз</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Полный переворот 360 градусов</li> <li>- Начальное положение вис с удержанием кольца стопами</li> <li>- Конечное положение вис на нижней дуге кольца</li> <li>- Ноги прямые</li> <li>- Без остановок</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>5,5 балла</b></p>
<p>S-IV-9</p>		<p><b>Обрыв с локтей на локти с поворотом</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- С верхней на нижнюю дугу</li> <li>- С локтей на локти</li> <li>- Без дополнительных фиксаций</li> <li>- Поворот на 180 градусов</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>6 баллов</b></p>