

Las siguientes divisiones utilizaran las rubricas a continuacion detalladas:

- L6: Senior XSmall, Senior Small, Senior Medium,  
Senior Large, Senior Open,  
International Open, International Open NT  
& International Global
- L7: International Open

Referirse como AS-DIV3 en los siguientes documentos.  
Referred to as AS-DIV3 on the following documents.

2020 - 2021  
VARSITY ALL STAR

# Scoring Rubric

## Rubricas de Puntuacion





# 2020 - 2021 ALL STAR SCORING SYSTEM - BUILDING LEVEL 6 & 7 WORLDS - ALL GIRL

## STUNT DIFFICULTY DIFICULTAD EN ELEVACIONES

3.0 - 3.5	POR DEBAJO	Los elementos realizados no llegan al nivel requerido
3.5 - 4.0	BAJO	4 elementos diferentes apropiados del nivel, realizados por más de la mayoría del equipo.(MOST)
4.0 - 4.5	MEDIO	4 elementos diferentes apropiados del nivel, realizados por más de la mayoría del equipo (MOST), de los cuales UNO de ellos es un elemento ELITE del nivel apropiado.
4.5 - 5.0	ALTO	4 elementos diferentes apropiados del nivel, realizados por más de la mayoría del equipo (MOST), de los cuales DOS de ellos es un elemento ELITE del nivel apropiado.

## ADDITIONAL INFORMATION INFORMACION ADICIONAL

- Para Elevaciones de Nivel 7: Todas las habilidades apropiadas de nivel 6 y 7 serán consideradas nivel apropiado para propósitos de puntaje (al menos 2 habilidades diferentes de Nivel 7 son requeridas para tener puntaje alto)
- Nivel 6 - Todas las pirámides que son nivel apropiado en N5 serán dado el crédito de nivel apropiado.
- Las habilidades que no se requieren que sean sincronizadas pueden ser acumulativas para cumplir con un requisito de dificultad.
- Las habilidades en elevaciones solo recibirán crédito completo si muestran control a través del pop o la transición a otra habilidad.

### POSICIONES DE CUERPO:

- Lib y plataforma no son consideradas posiciones de cuerpo.
- Las posiciones del cuerpo incluyen: heel Stretch, arco y flecha, arabesque, scale, escorpión.

## DIFFICULTY DRIVERS DRIVERS DE DIFICULTAD

- Grado de dificultad
- Porcentaje de participación del equipo (Maximizando grupos de elevaciones de acuerdo al número de atletas)
- Combinación de Habilidades (de nivel o no apropiados)
- Velocidad de habilidades realizadas

## BUILDING QUANTITY CHART TABLA CANTIDAD ELEVACIONES

# DE ATLETAS	NUMERO DE GRUPOS	
	MAYORIA / MAJORITY	MAS DE LA MAYORIA/ MOST
5 - 11	1	1
12 - 15	1	2
16 - 19	2	3
20 - 23	3	4
24 - 30	4	5
31 - 38	5	6

## PYRAMID DIFFICULTY DIFICULTAD EN PIRAMIDES

3.0 - 3.5	POR DEBAJO	Los elementos realizados no llegan al nivel requerido.
3.5 - 4.0	BAJO	2 elementos diferentes apropiados del nivel, 2 estructuras realizadas por más de la mayoría (most) del equipo.
4.0 - 4.5	MEDIO	3 elementos diferentes apropiados del nivel, 2 estructuras realizadas por más de la mayoría (most) del equipo.
4.5 - 5.0	ALTO	4 elementos diferentes apropiados del nivel, 2 estructuras realizadas por más de la mayoría (most) del equipo.

## TOSS DIFFICULTY DIFICULTAD EN LANZAMIENTOS

4.0	Menos de la mayoría del equipo ejecuta un lanzamiento
4.5	La mayoría del equipo (majority) realiza lanzamiento de nivel apropiado
5.0	Más de la mayoría (most) del equipo realiza lanzamiento de nivel apropiado en canon o sincronizado en la misma sección.

Misma sección - Los atletas no pueden ser reciclados.

## EXPECTATIVAS DE LA DIVISION DE ELEVACIONES STUNT DIVISION EXPECTATIONS

DEBE SER PRESENTADO EN UN GRUPO DE 3 O MAS ATLETAS, EN CANON O SINCRONIZADO EN LA MISMA SECCION SIN RECICLAR ATLETAS.

X SMALL (5-16)		SMALL (17-22)		MEDIUM (23-30)		LARGE (31-38)		INTERNATIONAL (16-24) and OPEN (5-24)	
4.0	1 grupo realiza una habilidad de nivel apropiado.	4.0	1-2 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.0	1-4 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.0	1-6 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.0	1-3 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.
4.2	2 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.2	3 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.2	5 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.2	7 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.2	4 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.
4.4	3 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.4	4 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.4	6 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.4	8 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.4	5 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.
4.6	4 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.6	5 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.6	7 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.6	9 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.	4.6	6 grupos realizan una habilidad de nivel apropiado.
4.8	3 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.	4.8	4 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.	4.8	6 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.	4.8	8 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.	4.8	5 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.
5.0	4 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.	5.0	5 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.	5.0	7 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.	5.0	9 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.	5.0	6 grupos realizan una habilidad ELITE del nivel apropiado.



**JUMP DIFFICULTY DIFICULTAD EN SALTOS**

LOS SALTOS DEBEN USAR UN "WHIP" PARA SER CONSIDERADOS COMO CONECTADOS

3.5	Habilidades realizadas no llegan a los 4 puntos requeridos.
4.0	Más de la mayoría realiza UN salto avanzado
4.5	Más de la mayoría (most) del equipo realiza 2 saltos avanzados conectados, deben de ser sincronizados y deben incluir variedad.
5.0	Más de la mayoría (most) del equipo realiza 3 saltos avanzados conectados o 2 saltos avanzados conectados mas 1 salto avanzado adicional, deben de ser sincronizados y deben incluir variedad.

**TUMBLING/JUMP QUANTITY CHART**  
TABLA CANTIDAD GIMNASIA

# DE ATLETAS	MAYORIA / MAJORITY	MAS DE LA MAYORIA/ MOST
5 - 9	4	5
10 - 15	6	7
16 - 19	8	9
20 - 25	10	13
26 - 30	14	16
31 - 38	15	18

**DIFFICULTY DRIVERS DRIVERS DE DIFICULTAD**

- Grado de dificultad.
- Porcentaje de participacion del equipo.
- Combinacion de Habilidades (de nivel o no apropiados).
- Sincronizacion de los pases
- Variedad de los pases

**STANDING TUMBLING DIFFICULTY DIFICULTAD EN GIMNASIA ESTATICA**

MISMA SECCION- UNA PEQUEÑA PARTE DE LA RUTINA EN DONDE SE REALIZAN LAS HABILIDADES EN UN CONJUNTO DE HABILIDADES .

3.0 - 3.5	POR DEBAJO	Las habilidades realizados no llegan al nivel requerido
3.5 - 4.0	BAJO	Más de la mayoría (most) del equipo realiza un pase de nivel apropiado
4.0 - 4.5	MEDIO	La mayoría del equipo realiza la misma habilidad de nivel apropiado .
4.5 - 5.0	ALTO	Más de la mayoría (most) del equipo realiza la misma habilidad de nivel apropiado en la misma seccion.

**JUMPS SALTOS**

- Variedad - al menos 2 saltos diferentes. Realizar el mismo salto con diferentes piernas no es considerado variedad (ej: patada izquierda/derecha)
- Las habilidades de saltos deben aterrizar en los pies para ser considerado nivel apropiado y recibir el puntaje de dificultad (ej: saltos que aterricen en las rodillas o sentados, etc, no cuenta)
- SALTOS BASICOS: Spread Eagle, Tuck
- SALTOS AVANZADOS: Pike, patada derecha/izquierda (frente o de lado), toe touch.

**RUNNING TUMBLING DIFFICULTY DIFICULTAD EN GIMNASIA CON CARRERA**

3.0 - 3.5	POR DEBAJO	Los elementos realizados no llegan al nivel requerido
3.5 - 4.0	BAJO	Menos de la mayoría del equipo realiza un elemento de nivel apropiado
4.0 - 4.5	MEDIO	La mayoría del equipo realiza un elemento de nivel apropiado
4.5 - 5.0	ALTO	Mas de la mayoría del equipo realiza un elemento de nivel apropiado

**ADDITIONAL INFORMATION INFORMACION ADICIONAL**

- Los pases de gimnasia deberan aterrizar en los pies para poder ser considerado de nivel apropiado y recibir el credito de dificultad (ej. salto 3/4 medio mortal al piso, flip flap que termina en posicion prona, etc, no contará).
- Saltos dentro de un pase, no interrumpiran un paso (ej: Toe Touch-Flip -toe touch-GIRO es 1 pase).
- Saltos en T no son considerados como saltos y puede romper el pase en 2 pases por separados.
- Nivel 6 y 7- habilidades de Gimnasia Estatica que terminen en un layout son LEGALES en Nivel 5, no reciban credito de nivel apropiado (ej: Flip-flip-layout)



STUNT CREATIVITY CREATIVIDAD DE LA ELEVACION	
2.0 - 2.5	<p>Las habilidades de las elevaciones incorporan efectos visuales, unicos o ideas novedosas. Esto incluye habilidades apropiadas de nivel y no de nivel</p> <p>Esto puede incluir: Entradas • Transiciones • Desmontes • Claridad • Fluidez</p>

PYRAMID CREATIVITY CREATIVIDAD DE LA PIRAMIDE	
2.0 - 2.5	<p>Las habilidades de las piramides incorporan efectos visuales, unicos o ideas novedosas. Esto incluye habilidades apropiadas de nivel y no de nivel</p> <p>Esto puede incluir: Entradas • Transiciones • Desmontes • Claridad • Fluidez</p>

COMPOSICION DE LA RUTINA ROUTINE COMPOSITION	
9.0 - 10	<p>La habilidad del equipo en demostrar durante la rutina lo siguiente:</p> <p>Mantener una uniformidad del espacio consistente • Formaciones • Transiciones</p> <p>Esto incluye ideas innovadoras, visuales y nuevas; asi como tambien habiliddes adicionales realizadas para mejorar la rutina en general.</p>

BAILE DANCE	
9.0 - 10	<p>La habilidad del equipo en demostrar un alto nivel de energía y entretenimiento, el cual puede incorporar:</p> <p>Elementos visuales • Variedad de niveles • Cambios de formaciones • Movimientos de pies • Trabajos en el piso • Trabajos en pareja • Velocidad.</p> <p>Esto tambien incluye: Tecnica • Perfeccion • Precision y fuerza en los motions • Sincronizacion.</p>

PRESENTACION/ IMPRESEION ATLETICA ADECUADA SHOWMANSHIP	
9.0 - 10	<p>La habilidad del equipo en demostrar un alto nivel de energía y entretenimiento manteniendo un entusiasmo genuino. Esto incluye una impresion apropiada de lo atletas durante toda la rutina.</p> <p><b>En este momento, las máscaras, Los cobertores de cara, la calidad del video, etc. actualmente no permiten que la categoría Showmanship se califique correctamente tanto en eventos en vivo como virtuales.</b></p> <p><b>Para todos los eventos hasta nuevo aviso, los equipos serán calificados según su Impresión Atlética Apropiaada en lugar de su habilidad para el espectáculo.</b></p> <p><b>Esta puntuación comenzará en 10.0 y puede reducirse en 0.2 por cada instancia donde se muestre una coreografía, música, etc. inapropiadas. Todo el panel de jueces deberá estar de acuerdo en que el equipo no tuvo una impresión atlética adecuada para reducir su puntuación. Esta puntuación será definitiva y no se podrá revisar ni cuestionar.</b></p>



## LEVEL 6 & 7

STANDING TUMBLING SKILLS	RUNNING TUMBLING SKILLS
<p>JUMP BACK TUCK</p>	<p>CARTWHEEL FULL • ROUND OFF FULL • ROUND OFF BHS FULL • FRONT WALKOVER THROUGH TO FULL SIDE AERIAL/FRONT AERIAL/ONODI THROUGH TO FULL • FRONT FULL</p>
<p>ELITE LEVEL APPROPRIATE STANDING FULL • JUMP FULL • BHS FULL • JUMP BHS FULL • BHS SERIES TO FULL JUMP BHS SERIES TO FULL • BHS WHIP TO BHS SERIES TO FULL • BHS SERIES TO DOUBLE FULL JUMP BHS SERIES TO DOUBLE FULL • BHS WHIP TO BHS SERIES TO DOUBLE FULL</p>	<p>ELITE LEVEL APPROPRIATE FRONT HANDSPRING FRONT FULL • PUNCH FRONT STEPOUT TO FULL • ROUND OFF BHS WHIP TO FULL ROUND OFF ARABIAN ROUND OFF BHS FULL • ROUND OFF BHS FULL BHS SERIES TO FULL ROUND OFF DOUBLE FULL ROUND OFF BHS DOUBLE FULL • FRONT WALKOVER THROUGH TO DOUBLE FULL PUNCH FRONT STEPOUT TO DOUBLE FULL • ROUND OFF BHS WHIP TO DOUBLE FULL ROUND OFF ARABIAN ROUND OFF BHS DOUBLE FULL • ROUND OFF BHS FULL BHS SERIES TO DOUBLE FULL ROUND OFF BHS DOUBLE FULL BHS SERIES TO DOUBLE FULL</p>



## EJECUCION EXECUTION

3.5 - 5.0	<p>Se espera que los atletas demuestren una técnica excelente al realizar cada habilidad. La ejecución de un equipo será determinada por todos los atletas que realicen la habilidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El puntaje iniciará en 5.0 y podrá ser reducido en .1, .2 o .3 basado en la falta de ejecución técnica de cada driver.</li> <li>• .1 - Problemas menores en técnica del equipo, no solo 1 atleta en gimnasia/ saltos o 1 atleta en elevaciones/piramides/lanzamientos.</li> <li>• .2 - Problemas múltiples en técnica del equipo.</li> <li>• .3 - Problemas generales en técnica del equipo.</li> <li>• No más de .3 será descontado por un driver.</li> <li>• Diferencias de estilo no se tomará en cuenta en el puntaje de ejecución de un equipo.</li> </ul>
-----------	--

### DRIVERS ELEVACIONES / PIRAMIDES STUNT/PYRAMID DRIVERS

Cada driver puede incluir, pero no limitar los siguientes ejemplos:

Top Person / Flyer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Control del cuerpo</li> <li>• Flexibilidad Uniforme</li> <li>• Posición de los brazos</li> <li>• Piernas estiradas/bloqueadas y punta de pie.</li> </ul>
Bases/Spotters	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estabilidad de la Elevación</li> <li>• Postura Solida</li> <li>• Posicionados con ancho de hombros</li> <li>• Pies estacionarios</li> </ul>
Transiciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entradas</li> <li>• Desmontes</li> <li>• Rapidez/control/fluidez de habilidad hacia habilidad.</li> </ul>
Sincronizacion*	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiempo</li> </ul>
Errores obvios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• .2 - 2 errores (Desequilibrios (bobbles)**, caídas de elev. y/o , caída grave de elev.)</li> <li>• .3 - 3 o mas errores (Desequilibrios (bobbles)**, caídas de elev. y/o , caída grave de elev.)</li> </ul>

\*Equipos que no realizan al menos 1 elemento/transición de nivel apropiado por 2 o más grupos en elevaciones y Piramides automáticamente recibirá .3 puntos menos en sincronización.

\*\*Desequilibrios/Bobbles - habilidades en Elevaciones/ piramides que tienen desequilibrios, pero son salvados.

### DRIVERS GIMNASIA ESTATICA/CORRIDA STANDING/RUNNING TUMBLING DRIVERS

Cada driver puede incluir, pero no limitar los siguientes ejemplos:

Approach / Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición de los brazos hacia el pase/habilidad.</li> <li>• Swing/preparacion</li> <li>• Posición del pecho</li> <li>• Fluidez de habilidad hacia habilidad en un pase.</li> </ul>
Speed / Rapidez	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consistente o incrementa mediante cada pase/habilidad</li> <li>• Conexión de pase/habilidad</li> </ul>
Control del Cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición de la cabeza</li> <li>• Posición del Brazo/hombro en la habilidad.</li> <li>• Caderas</li> <li>• Posición de las piernas en la habilidad</li> <li>• Punta de Pie</li> </ul>
Landings/aterrizaje	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlados</li> <li>• Piernas/pies juntos</li> <li>• Posición del pecho</li> <li>• Pase/habilidad terminado.</li> <li>• Habilidades con giros incompletos.</li> </ul>
Sincronizacion*	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiempo</li> </ul>

\*Equipos que no realizan al menos 2 o más pases sincronizados en grupo automáticamente recibirá .3 puntos menos en sincronización.

### DRIVERS LANZAMIENTOS TOSS DRIVERS

Cada driver puede incluir, pero no limitar los siguientes ejemplos:

Top Person/flyer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Control del cuerpo</li> <li>• Ejecución consistente de la habilidad/elemento</li> <li>• Piernas estiradas/ punta de pie</li> <li>• Posición de los brazos</li> </ul>
Bases/Spotters	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usan brazos/piernas para lanzar juntos</li> <li>• Postura sólida</li> <li>• Posicionados con ancho de hombros</li> <li>• Tiempo</li> </ul>
Altura	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relativa al tamaño de los atletas que ejecutan el lanzamiento.</li> </ul>
Canasta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brazos arriba para agarrar alto.</li> <li>• Piernas son utilizadas para absorber la caída.</li> <li>• Grupos son posicionados no más que el ancho de hombros</li> <li>• Controlados</li> </ul>
Errores Obvios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• .3 - caídas de elev. y/o , caída grave de elevaciones.</li> </ul>

Equipos con 1 solo lanzamiento siempre recibirán .3 puntos menos de cada driver, sin importar la gravedad del problema.

### DRIVERS SALTOS JUMP DRIVERS

Cada driver puede incluir, pero no limitar los siguientes ejemplos:

Approach/Inicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrada Consistente</li> <li>• Swing/preparacion</li> </ul>
Posición de los brazos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición de los brazos dentro del salto</li> </ul>
Posición de las piernas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piernas estiradas</li> <li>• Punta de pie</li> <li>• Posición/rotación de la cadera</li> <li>• Hyperextension</li> <li>• Altura</li> </ul>
Landings/Aterrizajes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piernas/pies juntos</li> <li>• Posición del pecho</li> </ul>
Sincronizacion	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiempo</li> </ul>



# 2020 - 2021 ALL STAR SCORING SYSTEM - STUNTS ELEVACIONES

## LEVEL 6

	INVERSION STYLE	RELEASE STYLE	TWISTING	DISMOUNT STYLE	OTHER STUNTS
<b>LEVEL APPROPRIATE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>DOWNWARD INVERSION FROM EXTENDED STUNT</li> <li>DOWNWARD INVERSION FROM EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>RELEASED INVERSION FROM PREP LEVEL OR ABOVE TO EXTENSION</li> <li>RELEASED INVERSION FROM PREP LEVEL OR ABOVE TO LIB</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>¼ TURN SWITCH UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>TIC TOC LIB TO LIB (HIGH TO HIGH)</li> <li>TIC TOC LIB TO LIB (LOW TO HIGH)</li> <li>½ TURN SWITCH UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>TIC TOC LIB TO BODY POSITION (HIGH TO HIGH)</li> <li>TIC TOC LIB TO BODY POSITION (LOW TO HIGH)</li> <li>TWISTING HELICOPTER RELEASE MOVES</li> <li>SWITCH UP FULL TWIST TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>½ TWISTING BALL UP TO EXTENDED BODY POSITION</li> <li>REWIND TO PREP LEVEL OR BELOW (INT 6 ONLY)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FULL UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>1 ¼ - 1 ¾ UP TO EXTENDED STUNT</li> <li>1 ¼ - 1 ¾ UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>DOUBLE UP TO EXTENDED STUNT</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>DOUBLE DOWN FROM 1 LEG STUNT</li> <li>KICK DOUBLE TWISTING DISMOUNT</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 ½ - 2 TWIST TO PRONE</li> <li>COED STYLE TOSS ¼ - ¾ TWIST TO EXTENDED STUNT</li> <li>¼ - ¾ TWISTING TIC TOC TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>FULL TWISTING TIC TOC TO EXTENDED 1 LEG STUNT (LOW TO HIGH)</li> <li>COMBINATION OF TWO OR MORE LEVEL APPROPRIATE SKILLS PERFORMED SIMULTANEOUSLY</li> </ul>
<b>ELITE LEVEL APPROPRIATE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>RELEASED INVERSION FROM PREP LEVEL OR ABOVE TO EXTENDED BODY POSITION</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SWITCH UP FULL TWIST TO EXTENDED BODY POSITION</li> <li>TIC TOC BODY POSITION TO BODY POSITION (HIGH TO HIGH)</li> <li>FULL TWISTING BALL UP TO EXTENDED BODY POSITION</li> <li>REWIND TO EXTENDED STUNT (INT 6 ONLY)</li> <li>UNASSISTED REWIND TO EXTENDED STUNT (INT 6 ONLY)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 ½ UP TO EXTENDED BODY POSITION</li> <li>1 ¾ UP TO EXTENDED BODY POSITION</li> <li>DOUBLE UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>UNASSISTED COED STYLE TOSS EXTENDED 1 ARM STUNT</li> <li>COED STYLE TOSS FRONT HANDSPRING RELEASE ½ TWIST TO EXTENDED STUNT</li> <li>UNASSISTED COED STYLE TOSS FULL TWIST TO EXTENDED STUNT</li> <li>FULL TWISTING TIC TOC TO EXTENDED 1 LEG STUNT (HIGH TO HIGH)</li> <li>TOSS FRONT HANDSPRING ½ UP RELEASE TO EXTENDED STUNT</li> <li>½ TWISTING RELEASED INVERSION TO EXTENDED STUNT</li> <li>FULL TWISTING TIC TOC TO EXTENDED BODY POSITION (LOW TO HIGH)</li> </ul>

## LEVEL 7

	INVERSION STYLE	RELEASE STYLE	TWISTING	DISMOUNT STYLE	OTHER STUNTS
<b>LEVEL APPROPRIATE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FREE FLIPPING FROM GROUND LEVEL TO CRADLE (L7)</li> <li>FLIPPING FROM GROUND LEVEL TO PREP LEVEL (L7)</li> <li>FLIPPING FROM GROUND LEVEL TO EXTENSION (L7)</li> <li>DOWNWARD INVERSION FROM EXTENDED STUNT</li> <li>DOWNWARD INVERSION FROM EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>RELEASED INVERSION FROM PREP LEVEL OR ABOVE TO EXTENSION</li> <li>RELEASED INVERSION FROM PREP LEVEL OR ABOVE TO LIB</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>¼ TURN SWITCH UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>TIC TOC LIB TO LIB (HIGH TO HIGH)</li> <li>TIC TOC LIB TO LIB (LOW TO HIGH)</li> <li>½ TURN SWITCH UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>TIC TOC LIB TO BODY POSITION (HIGH TO HIGH)</li> <li>TIC TOC LIB TO BODY POSITION (LOW TO HIGH)</li> <li>TWISTING HELICOPTER RELEASE MOVES</li> <li>SWITCH UP FULL TWIST TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>½ TWISTING BALL UP TO EXTENDED BODY POSITION</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FREE FLIPPING WITH TWISTING FROM GROUND LEVEL TO CRADLE (L7)</li> <li>FLIPPING WITH TWISTING FROM GROUND LEVEL TO PREP LEVEL (L7)</li> <li>FLIPPING WITH TWISTING FROM GROUND LEVEL TO EXTENSION (L7)</li> <li>FULL UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>1 ¼ - 1 ¾ UP TO EXTENDED STUNT</li> <li>1 ¼ - 1 ¾ UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>DOUBLE UP TO EXTENDED STUNT</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FRONT FREE FLIPPING TO GROUND LEVEL (L7)</li> <li>FREE FLIPPING FROM PREP LEVEL OR BELOW TO CRADLE (L7)</li> <li>FREE FLIPPING WITH TWISTING FROM PREP LEVEL OR BELOW TO CRADLE (L7)</li> <li>DOUBLE DOWN FROM 1 LEG STUNT</li> <li>KICK DOUBLE TWISTING DISMOUNT</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 ½ - 2 TWIST TO PRONE</li> <li>COED STYLE TOSS ¼ - ¾ TWIST TO EXTENDED STUNT</li> <li>¼ - ¾ TWISTING TIC TOC TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> <li>COMBINATION OF TWO OR MORE LEVEL APPROPRIATE SKILLS PERFORMED SIMULTANEOUSLY</li> </ul>
<b>ELITE LEVEL APPROPRIATE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FLIPPING FROM GROUND LEVEL TO EXTENDED SINGLE LEG AND/OR SINGLE ARM STUNT (L7)</li> <li>RELEASED INVERSION FROM PREP LEVEL OR ABOVE TO EXTENDED BODY POSITION</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SWITCH UP FULL TWIST TO EXTENDED BODY POSITION</li> <li>TIC TOC BODY POSITION TO BODY POSITION (HIGH TO HIGH)</li> <li>FULL TWISTING BALL UP TO EXTENDED BODY POSITION</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>FLIPPING WITH TWISTING FROM GROUND LEVEL TO EXTENDED SINGLE LEG (L7)</li> <li>TIC TOC BODY POSITION</li> <li>1 ½ UP TO EXTENDED BODY POSITION</li> <li>1 ¾ UP TO EXTENDED BODY POSITION</li> <li>DOUBLE UP TO EXTENDED 1 LEG STUNT</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>BACKHANDSPRING FULL UP TO EXTENDED STUNT (L7)</li> <li>UNASSISTED COED STYLE TOSS EXTENDED 1 ARM STUNT</li> <li>FRONT HANDSPRING 1 ½ UP TO EXTENDED STUNT</li> <li>COED STYLE TOSS FRONT HANDSPRING RELEASE ½ TWIST TO EXTENDED STUNT</li> <li>COED STYLE TOSS FULL TWIST TO EXTENDED STUNT</li> <li>FULL TWISTING TIC TOC TO EXTENDED BODY POSITION (LOW TO HIGH)</li> <li>FRONT HANDSPRING ½ UP TO EXTENDED STUNT</li> </ul>



## LEVEL 6

NON - TWISTING	TWISTING
PIKE HITCH KICK • PIKE KICK PRETTY GIRL PIKE SWITCH KICK • HITCH KICK KICK	BALL DOUBLE FULL • PIKE DOUBLE FULL • KICK DOUBLE FULL TOE TOUCH DOUBLE FULL • DOUBLE UP TOE TOUCH • HITCH KICK DOUBLE FULL SWITCH KICK DOUBLE FULL • KICK FULL KICK FULL

## LEVEL 7

NON - TWISTING	TWISTING
TUCK • X-OUT • PIKE • LAYOUT	LAYOUT FULL • LAYOUT DOUBLE FULL • X-OUT FULL SPLIT FULL • ARABIAN 1 1/2 • PIKE OPEN DOUBLE FULL