



**2026-2027**

**SISTEMA DE CALIFICACIÓN**

**RUBRICA- ALL STAR  
PREP - ECUADOR**

**ALL STAR  
PREP  
ECUADOR**

Este reglamento y sistema de calificación han sido diseñados principalmente para los equipos de Ecuador, con el objetivo de fomentar su desarrollo en niveles principiantes e intermedios. Esta categoría exclusiva busca brindar un espacio de crecimiento progresivo, permitiendo que los equipos avancen de nivel y fortalezcan su rendimiento con el tiempo. Además, el reglamento garantiza un entorno competitivo, justo y seguro, preservando la integridad del evento y asegurando que todos los equipos cumplan con las normas establecidas. La aplicación de este reglamento será responsabilidad de cada entrenador durante la participación en la competencia.

Los requerimientos de la categoría PREP **será exclusiva para Ecuador** y únicamente para las divisiones MINI, YOUTH, JUNIOR Y SENIOR, Todos de nivel 1.1.

Todas las rutinas PREP tendrán una duración máxima de 2:00 minutos.

**Se permite la ejecución de habilidades correspondientes al nivel y habilidades avanzadas. Sin embargo, solo se podrá realizar una (1) habilidad élite de elevación, la cual no será un requisito obligatorio, ya que puede considerarse avanzada o élite. En caso de realizar más de una habilidad élite, se aplicará un descuento por cada habilidad elite adicional que realice.**

## ELEVACIONES ALL STAR PREP - STUNTS

Las elevaciones que podrán realizar en ALL STAR PREP, son las habilidades de nivel y habilidades avanzadas, que constan dentro del listado de habilidades por nivel.

- SPOTTERS: Son requeridos en todas las elevaciones a nivel prep. Excepción: levantamiento-T, elevaciones sujetadas solamente por la cintura.
- NO se permiten inversiones (Deportistas invertidos deben mantener contacto con la superficie de presentación)

## PIRÁMIDES ALL STAR PREP

- Dentro de las pirámides se podrán ejecutar las habilidades de nivel y avanzadas correspondientes al nivel en competencia.
- Todas las ejecuciones deberán cumplir con las reglas de seguridad del Nivel 1.
- No se permiten desmontes en los que las flyers sean sujetadas por los brazos durante la salida.

## GIMNASIA ALL STAR PREP

Los elementos de gimnasia seguirán las reglas generales de gimnasia. Y para la categoría ALL STAR PREP, podrán realizar las habilidades de nivel y habilidades avanzadas, que constan dentro del listado de habilidades por nivel.

-Rondada **\*Aclaración:** No se permite gimnasia inmediata después de una rondada o después del rebote de una rondada.

Las habilidades permitidas y habilidades restringidas de PREP tanto en elevaciones, gimnasia como en pirámide, las podrán encontrar al final de este documento.

De realizar habilidades fuera de las habilidades permitidas, se realizara una deducción de 0.50 por ocurrencia.



# SISTEMA DE CALIFICACIÓN 2026 – PREP SCORE SHEETS



HOJA DE ELEVACIONES   BUILDING	TOTAL	DIFICULTAD	EJECUCIÓN	DRIVERS
ELEVACIONES   STUNTS	9.0	4.0	4.0	1.0
PIRÁMIDES   PYRAMIDS	7.5	3.5	4.0	
LANZAMIENTOS   TOSSES	X	X	X	

HOJA DE GIMNASIA   TUMBLING	TOTAL	DIFICULTAD	EJECUCIÓN	DRIVERS
GIMNASIA ESTÁTICA   STANDING TUMBLING	7.0	2.5	4.0	0.5
GIMNASIA CON CARRERA   RUNNING TUMBLING	7.0	2.5	4.0	0.5
SALTOS   JUMPS	4.0	2.0	2.0	

HOJA GENERAL   OVERALL	TOTAL	DIFICULTAD	EJECUCIÓN
DANZA   DANCE	2.0	1.0	1.0
FORMACIONES Y TRANSICIONES   FORMATIONS & TRANSITIONS	2.0	2.0	

TODOS LAS HOJAS (PROMEDIO)	TOTAL	PUNTAJE
CREATIVIDAD DE RUTINA   ROUTINE CREATIVITY	2.0	2.0
HABILIDAD ESCÉNICA   SHOWMANSHIP	2.0	2.0

MAXIMO POSIBLE	PUNTAJE OBTENIDO	ESCALA DE 100 PTOS.	DEDUCCIONES E ILEGALIDADES	% DE PERFECCION
PREP 42.50	P.0	(P.0+7.5) X 2	100 - DI	100%

Con el fin de mantener el Sistema de Puntaje y armonizar el trabajo internacional con el nacional, se utilizará una versión de UNITED SCORING – PREP **con adaptaciones mínimas**, favoreciendo el desarrollo del Cheer en dirección hacia un estándar global.

Este Sistema será utilizado en ECUADOR, para las divisiones **All Star Prep Mini, Youth, Junior y Senior**.

Leer todas las Regulaciones para mayor información.

**En ROJO los ajustes respecto a la temporada pasada**

## DIFICULTAD DE ELEVACIÓN

Las habilidades de elevación recibirán el crédito completo solo si demuestran control

2.5	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento de 3.0
3.0	4 habilidades diferentes del nivel realizadas por GRAN PARTE del equipo
3.5	2 habilidades diferentes del nivel realizadas en un mismo momento por GRAN PARTE del equipo, en canon o sincronizado, sin repetir atletas
4.0	3 habilidades diferentes del nivel realizadas en un mismo momento por GRAN PARTE del equipo, en canon o sincronizado, sin repetir atletas

## DRIVERS DE ELEVACIÓN

Una vez que la Dificultad de Elevación está determinada, cada habilidad será evaluada, basada en el siguiente criterio: Grado de Dificultad y Participación Máxima. Cada categoría tiene una cantidad máxima de puntaje en la tabla de abajo, para un total de 1.0 pt.

## GRADO DE DIFICULTAD EN ELEVACIÓN (0 - 0.6)

	Habilidad del Nivel por GRAN PARTE		Habilidad <b>Avanzada</b> por GRAN PARTE
Habilidad 1	0.1	O	0.2
Habilidad 2	0.1	O	0.2
	Habilidad del Nivel por GRAN PARTE		Habilidad <b>Avanzada</b> o <b>*Elite</b> por GRAN PARTE
Habilidad 3	0.1	O	0.2

## PARTICIPACIÓN MÁXIMA EN ELEVACIÓN (0 - 0.4)

(Canon o sincronizado en la misma sección, sin repetir atletas)

Habilidad del Nivel por MÁX O Habilidad <b>Avanzada</b> por GRAN PARTE	0.4
--	-----

## TABLA DE CANTIDAD EN CONSTRUCCIÓN

# DE ATLETAS	CANTIDAD DE GRUPOS		
	MAYORÍA	GRAN PARTE	MÁX
10 - 11	1	1	2
12 - 15	1	2	3
16 - 19	2	3	4
20 - 23	3	4	5
24 - 30	4	5	6
31 - 35	5	6	7

**\*Permitido hasta 1 habilidad Élite por GRAN PARTE (opcional)**

## DIFICULTAD DE PIRÁMIDE

2.0 - 2.5	INFERIOR	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento del Rango Bajo
2.5 - 3.0	BAJO	2 habilidades diferentes del nivel y 2 estructuras
3.0 - 3.5	MEDIO	3 habilidades diferentes del nivel y 2 estructuras realizadas por GRAN PARTE del equipo

## DRIVERS DE DIFICULTAD EN PIRÁMIDE

Grado de Dificultad:

- Maximización de grupos realizando cada transición del nivel
- Utilización de elevaciones del nivel hacia estructuras/dentro de la secuencia
- Combinación de habilidades (del nivel y o nivel inferior)
- Velocidad y Conexión de las habilidades realizadas

## INFORMACIÓN ADICIONAL

Para cumplir con la dificultad, las habilidades que no requieran estar sincronizadas pueden ser acumulativas.

Para recibir crédito por una estructura, debe haber dos o más elevaciones conectadas entre sí por 2 o más flyers

POSICIÓN DEL CUERPO

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

\*Los equipos tienen la opción de ejecutar UNA habilidad Élite en elevaciones. Esta habilidad, si se realiza correctamente, otorgará el puntaje correspondiente al Grado de Dificultad. Su ejecución es completamente opcional y no será obligatoria para los equipos. De realizar más de UNA habilidad Elite permitida, se realizará una deducción de 0.50 por ocurrencia.

## DIFICULTAD DE SALTO

Los saltos deben utilizar una aproximación "whip" para que se consideren conectados  
**Aproximación "Whip" – Movimiento circular continuo con los brazos conectando 2 o más saltos**

0.5	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento de 1.0
1.0	MAYORÍA del equipo realiza 1 salto avanzado
1.5	GRAN PARTE del equipo realiza 2 saltos avanzados, deben estar sincronizados, pero NO requieren estar conectados ni tener variedad
2.0	MÁX del equipo realiza 2 saltos avanzados, deben estar sincronizados, pero NO requieren estar conectados ni tener variedad

## TABLA DE CANTIDAD EN GIMNASIA / SALTOS

# DE ATLETAS	MAYORÍA	GRAN PARTE	MÁX
10 - 11	5	6	7
12 - 15	6	7	9
16 - 19	8	10	12
20 - 23	10	13	16
24 - 30	12	15	19
31 - 35	14	18	23

## DRIVERS DE DIFICULTAD EN GIMNASIA ESTÁTICA

Una vez que la Dificultad de Gimnasia Estática está determinada, cada habilidad/pase será evaluada basada en su Grado de Dificultad. Cada categoría tiene una cantidad máxima de puntaje descrita en la tabla de abajo, para un total de .5 pts.

## GRADO DE DIFICULTAD EN GIMNASIA ESTÁTICA (0 - 0.5)

	Habilidad del Nivel por MÁX	Habilidad Avanzada por GRAN PARTE
Habilidad/Pase	<input type="text" value="0.3"/>	<input type="text" value="0.5"/>

## SALTOS

- Variedad – Al menos 2 saltos diferentes. Realizar el mismo salto con diferente pierna no se considera como variedad (ejemplo: Salto de valla izquierdo/derecho)
- Las habilidades de salto deben aterrizar en ambos pies para que sean consideradas y reciban crédito de dificultad (ejemplo: Saltos que aterricen de rodilla(s) o sentados, etc. no se cuentan)
- Saltos Básicos: Águila/X/Estrella, Salto Agrupado
- Saltos Avanzados: Carpado, Salto de Valla Derecho/Izquierdo (Frontal/Lateral), Toe Touch, Doble Nueve

## DRIVERS DE DIFICULTAD EN GIMNASIA CON CARRERA

Una vez que la Dificultad de Gimnasia con Carrera está determinada, cada habilidad/pase será evaluada basada en su Grado de Dificultad. Cada categoría tiene una cantidad máxima de puntaje descrita en la tabla de abajo, para un total de .5 pts.

## GRADO DE DIFICULTAD EN GIMNASIA CON CARRERA (0 - 0.5)

	Habilidad del Nivel por MÁX	Habilidad Avanzada por GRAN PARTE
Habilidad/Pase	<input type="text" value="0.3"/>	<input type="text" value="0.5"/>

## DIFICULTAD DE GIMNASIA ESTÁTICA

1.5	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento de 2.0
2.0	MAYORÍA del equipo realiza un pase del nivel
2.5	GRAN PARTE del equipo realiza un pase del nivel

## DIFICULTAD DE GIMNASIA CON CARRERA

1.5	Las habilidades realizadas no cumplen con el requerimiento de 2.0
2.0	MAYORÍA del equipo realiza un pase del nivel
2.5	GRAN PARTE del equipo realiza un pase del nivel

## INFORMACIÓN ADICIONAL

- La Dificultad de Gimnasia Estática/con Carrera y Drivers de Grado de Dificultad pueden lograrse de forma acumulativa.
- Los pases de gimnasia deben aterrizar en ambos pies para que sean considerados y recibir crédito de dificultad (ejemplo: Mortal con 3/4 de rotación a caer sentado, flic flac cayendo en prono, etc. no serán contados)
- Los saltos dentro de un pase no romperán el pase (ejemplo: Toe touch-Flic flac-Toe touch- Flic flac es 1 solo pase N3)
- Los saltos-T no son considerados saltos y romperá el pase en 2 pases separados.

## EJECUCIÓN - ELEVACIÓN/PIRÁMIDE Y GIMNASIA ESTÁTICA/CARRERA

4.0	<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>• Los puntajes comenzarán en 4.0 y pueden reducirse en .1, .2 o .3 según la falta de ejecución técnica de cada driver</li> <li>• <b>.05 – Problemas mínimos de técnica por parte del equipo</b></li> <li>• .1 – Problemas menores de técnica por parte del equipo</li> <li>• .2 – Múltiples problemas de técnica por parte del equipo</li> <li>• .3 – Problemas generalizados de técnica por parte del equipo</li> <li>• No se descontará más de .3 por un solo driver</li> <li>• Las diferencias en el estilo no influirán en el puntaje de Ejecución del equipo</li> </ul>
-----	---

## EJECUCIÓN – SALTOS

2.0	<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>• Los puntajes comenzarán en 2.0 y pueden reducirse en .1, .2 o .3 según la falta de ejecución técnica de cada driver</li> <li>• <b>.05 – Problemas mínimos de técnica por parte del equipo</b></li> <li>• .1 – Problemas menores de técnica por parte del equipo</li> <li>• .2 – Múltiples problemas de técnica por parte del equipo</li> <li>• .3 – Problemas generalizados de técnica por parte del equipo</li> <li>• No se descontará más de .3 por un solo driver</li> <li>• Las diferencias en el estilo no influirán en el puntaje de Ejecución del equipo</li> </ul>
-----	---

### DRIVERS DE ELEVACIONES/PIRÁMIDES

Cada driver puede incluir, pero no se limita a, los siguientes ejemplos:

<b>Flyer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Control corporal</li> <li>• Flexibilidad uniforme</li> <li>• Piernas rectas/extendidas y pies en punta</li> </ul>
<b>Bases/Spotters</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estabilidad de la elevación</li> <li>• Postura sólida</li> <li>• Pies estacionarios</li> </ul>
<b>Transiciones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subidas</li> <li>• Desmontes</li> <li>• Control de habilidad a habilidad</li> </ul>
<b>Sincronización*</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Timing</li> </ul> <p>*Los equipos que no realicen al menos 1 transición de habilidad del nivel por 2 o más grupos en Elevaciones y Pirámides recibirán automáticamente una deducción de 0.3 en sincronización</p>

### DRIVERS DE GIMNASIA ESTÁTICA/CON CARRERA

Cada driver puede incluir, pero no se limita a, los siguientes ejemplos:

<b>Aproximación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición de los brazos hacia el pase/habilidad</li> <li>• Braceo/preparación</li> <li>• Posición del pecho</li> </ul>
<b>Control Corporal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición de la cabeza</li> <li>• Posición de los brazos/hombros</li> <li>• Caderas</li> <li>• Posición de las piernas</li> <li>• Control de habilidad a habilidad</li> <li>• Pies en punta</li> </ul>
<b>Aterrizajes o Recepciones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlado</li> <li>• Posición del pecho</li> <li>• Pase/habilidad finalizada</li> <li>• Habilidades con giro incompletas</li> </ul>
<b>Sincronización*</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Timing</li> </ul> <p>*Los equipos que no realicen al menos 1 pase sincronizado en grupo (dos o más atletas) recibirán automáticamente una deducción de 0.3 en sincronización.</p>

### DRIVERS DE SALTOS

Cada driver puede incluir, pero no se limita a, los siguientes ejemplos:

<b>Posición de Brazos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aproximación</li> <li>• Inicio consistente</li> <li>• Braceo/preparación</li> <li>• Posición de brazos durante salto(s)</li> </ul>
<b>Posición de Piernas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piernas extendidas</li> <li>• Pies en punta</li> <li>• Posición de caderas/rotación/hiperextensión</li> <li>• Altura</li> <li>• Piernas/pies juntos</li> <li>• Posición del pecho</li> <li>• Aterrizajes</li> </ul>
<b>Sincronización</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Timing (El valor de la deducción no excederá 0.1)</li> </ul>

## FORMACIONES Y TRANSICIONES

1.0 - 2.0	<p>La capacidad de un equipo para demostrar un espaciamiento preciso y un movimiento uniforme.</p> <p>El puntaje de Formaciones y Transiciones comenzará con 2.0 y se reducirá en .1 por CADA formación y transición que carezca de precisión.</p>
-----------	--

## CREATIVIDAD DE RUTINA

1.5 - 2.0	<p>La Creatividad de Rutina es el promedio de 3 opiniones proporcionadas por los jueces de Construcción, Gimnasia y General y se basa en la incorporación de ideas innovadoras, visuales y elaboradas a lo largo de la rutina. Cada juez se enfoca específicamente en las secciones de habilidades que corresponden a sus respectivas categorías y cómo están compuestas, tal como se define a continuación:</p> <p><b>Juez General:</b> Ideas innovadoras, visuales y elaboradas, así como cualquier habilidad adicional realizada que mejore el atractivo general y fluidez de la rutina. Las puntuajes de los jueces generales encapsulan toda la rutina, de principio a fin.</p> <p><b>Juez de Construcción:</b> Incorporación de elementos creativos, innovadores y visuales en Subidas, Transiciones y Desmontes de todas las habilidades de Construcción. Esto incluye habilidades del nivel y de niveles inferiores. Se considerará el ritmo/conexión de habilidades.</p> <p><b>Juez de Gimnasia:</b> Incorporación de patrones de gimnasia visuales claros que mejoren las habilidades realizadas.</p>
-----------	---

## BAILE/DANZA

El baile/danza será evaluada según la capacidad del equipo para demostrar una variedad de elementos de dificultad con una ejecución sólida, basada en los siguientes elementos:

0.5 - 1.0	<b>Elementos de Dificultad</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elementos visuales</li> <li>• Variedad de niveles</li> <li>• Cambios de formación</li> <li>• Juego de pies</li> <li>• Trabajo en el suelo</li> <li>• Trabajo en parejas</li> <li>• Ritmo</li> </ul>
0.5 - 1.0	<b>Ejecución</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica</li> <li>• Perfección</li> <li>• Fuerza/Posición del movimiento</li> <li>• Sincronización</li> <li>• Energía/Valor de Entretenimiento</li> </ul>

## SHOWMANSHIP (HABILIDAD ESCÉNICA)

1.0 - 2.0	<p>El Showmanship (habilidad escénica) es el promedio de 3 puntajes proporcionados por los jueces de Construcción, Gimnasia y General, basado en la impresión del panel sobre toda presentación, abarcando todas las áreas de la categoría y enfocándose en la energía del equipo, el entusiasmo genuino, la confianza, el contacto visual y la expresión facial.</p> <p>Esta categoría no se basa en habilidades, pero tomará en consideración la impresión atlética durante toda la rutina.</p>
-----------	---

## ELEVACIONES

ESTILO SUELTO	GIRO	COMBINACIÓN/OTRAS HABILIDADES	DESMONTE	
<b>HABILIDADES DEL NIVEL</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Estilo suelto desde nivel del suelo (switch up) hacia lib debajo del nivel prep</li> <li>Tic toc debajo del nivel prep (lib a lib)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transición con 1/4 de giro hacia debajo del nivel prep</li> <li>Transición con 1/4 de giro hacia nivel de suelo</li> <li>Transición con 1/4 de giro desde nivel prep</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Parado en espalda</li> <li>Show &amp; go por nivel prep</li> <li>Escuadra</li> <li>Acostado de espalda</li> <li>Escuadra extendida</li> <li>Elevación en 1 pierna bajo nivel prep</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acostado de espalda extendido</li> <li>Elevación en 1 pierna a nivel prep</li> <li>Sentado en hombros</li> <li>Silla</li> <li>Parado en hombros</li> <li>Prono</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bajarse con paso</li> </ul>
<b>HABILIDADES AVANZADAS</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Estilo suelto desde nivel del suelo (switch up) hacia posición del cuerpo debajo del nivel prep</li> <li>Tic Tic toc debajo del nivel prep (lib a posición del cuerpo)</li> <li>Tic toc en nivel prep (lib a posición del cuerpo) con un conector</li> <li>Estilo suelto desde nivel de cintura hacia lib en nivel prep con conector</li> <li>Estilo suelto desde nivel de suelo (switch up) hacia lib en nivel prep con conector</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transición con 1/4 de giro desde nivel prep hacia nivel prep</li> <li>Transición con 1/4 desde nivel inferior a prep hacia lib en nivel prep con conector</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tic toc con 1/4 de giro en nivel prep (lib a lib) con conector</li> <li>Tic toc con 1/4 de giro debajo del nivel prep (lib a posición del cuerpo)</li> <li>Transición desde nivel inferior a prep hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector</li> </ul>		
<b>HABILIDADES ÉLITE (MÁXIMO 1 POR GRAN PARTE/MÁX) – .50 por Élite adicional realizada</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Estilo suelto desde nivel de suelo (switch up) hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector</li> <li>Tic Tic toc debajo del nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo)</li> <li>Tic toc en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) con conector</li> <li>Estilo suelto desde nivel de cintura hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Transición con 1/4 de giro desde nivel inferior a prep hacia elevación prep</li> <li>Transición con 1/4 desde nivel inferior a prep hacia posición del cuerpo en nivel prep con conector</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tic toc con 1/4 de giro en nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo) con conector</li> <li>Estilo suelto con 1/4 de giro desde nivel del suelo (switch up) hacia lib en nivel prep con conector</li> <li>Estilo suelto con 1/4 de giro desde nivel de cintura hacia lib en nivel prep con conector</li> <li>Tic toc con 1/4 de giro debajo del nivel prep (posición del cuerpo a posición del cuerpo)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuna recta desde elevación prep</li> </ul>	

## GINNASIA ESTÁTICA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES RESTRINGIDAS (ILEGALES) PREP - .05 por ocurrencia	
<ul style="list-style-type: none"> <li>ROL ADELANTE</li> <li>ROL EN ESCUADRA</li> <li>ARCO DESDE EL SUELO</li> <li>ROL ATRÁS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>PARADO DE MANOS (INVERTIDA)</li> <li>ARCO CON PATEO ATRÁS</li> <li>ARCO DESDE PARADA DE MANOS</li> <li>INVERSIÓN ADELANTE/ATRÁS CON PIERNAS JUNTAS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CAMINO ATRÁS</li> <li>CAMINO ATRÁS – ROL ATRÁS – CAMINO ATRÁS</li> <li>ROL ATRÁS A INVERTIDA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SERIE DE CAMINO ATRÁS</li> <li>CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA</li> <li>ROL ATRÁS HACIA INVERTIDA – CAMINO ATRÁS/ SERIE DE CAMINOS ATRÁS</li> <li>VALDEZ</li> <li><i>CUALQUIER COMBINACIÓN O VARIACIÓN DE LAS ANTERIORES</i></li> </ul>

## GINNASIA CON CARRERA

HABILIDADES DEL NIVEL	HABILIDADES AVANZADAS	HABILIDADES RESTRINGIDAS (ILEGALES) PREP - .05 por ocurrencia
<ul style="list-style-type: none"> <li>MEDIA LUNA</li> <li>MEDIA LUNA – ROL ATRÁS</li> <li>PARADO DE MANOS (INVERTIDA) – ROL ADELANTE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA</li> <li>RONDADA (RO)</li> <li>CAMINO ADELANTE / SERIE DE CAMINOS ADELANTE</li> <li>INVERTIDA – ROL ADELANTE – MEDIA LUNA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>MEDIA LUNA – SERIE DE CAMINOS ATRÁS</li> <li>CAMINO ADELANTE – MEDIA LUNA / RONDADA</li> <li>CAMINO ADELANTE – MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / SERIE DE C.ATRAS</li> <li>CAMINO ADELANTE– MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS CAMBIANDO PIERNA</li> <li>INVERTIDA – ROL ADELANTE – MEDIA LUNA – CAMINO ATRÁS / SERIE DE C.ATRAS</li> <li><i>CUALQUIER COMBINACIÓN O VARIACIÓN DE LAS ANTERIORES</i></li> </ul>

Cada habilidad separada por una viñeta es considerada un “habilidad diferente” y no recibirá crédito más de una vez, incluso si hay múltiples habilidades o variaciones en esa misma viñeta.