

Categoria: **Alevina**

Modalitat: **Femenina**

Nivell: **B**

	REQUISITS DE COMPOSICIÓ	VALOR	PENALITZACIONS	ESPECIFICACIONS
<b>SALT</b>	Cursa de 10 m. Triar una de les dues opcions: 1.- Batuda amb dos peus al trampoli, realitzant un salt amunt amb el cost bloquejat i els braços en extensió al costat de les orelles per caure dempeus sobre la màrrega. 2.- Salt agrupat		0,50 p. No coordinar la batuda amb dos peus al trampoli fins 0,50 p. Posició incorrecta del cost, braços i cames durant el salt 0,50 p. No bloquejar el cost durant el salt fins 0,50 p. No controlar la recepció amb semiflexió de cames	Un trampoli  Alçada de la màrrega de recepció: 40 cm
	Es realitzaran dos salts		Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	
		<b>1,30 p.</b>	<b>10,00 p.</b>	<b>Total 11,30 punts</b>
<b>BARRA</b>	1.- Entrada: des del trampoli, opcional, realitzar un impuls a passar la cama a la posició de cavallet.	0,30	No mantenir l'àngel 2"	v. de l'element + 1 p.
	2.- Llançament de les cames endavant, <i>en relevé</i> , (dreta i esquerra)	0,30	La manca d'un element	v. de l'element + 1 p.
	3.- ½ gir en <i>passé</i> i seguir ½ gir en <i>relevé</i> (mateix costat)	0,30	La manca d'un element dins d'un enllaç	v. d'enllaç + 1 p.
	4. Galop, salt en extensió sense pas	0,30	Manca de ritme en els enllaços	c/v 0,30 p.
	5. Àngel 2", a 90°	0,30	Només una passada de barra	0,50 p.
	6. Sortida: salt en extensió		Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	
		<b>1,80 p.</b>	<b>10,00 p.</b>	<b>Total 11,80 punts</b>
<b>TERRA</b>	1. Tombarella endavant, salt amb mig gir, tombarella enrere	0,30	No realitzar les línies acrobàtiques 1, 2 i 6 per la diagonal	c/v 0,50 p.
	2. Roda, roda, tombarella enrere - cames doblegades -	0,30	La manca d'un element	v. de l'element + 1 p.
	3. Passatge de dansa: gambada (Split 180°), galop		La manca d'un element dins d'un línia acrobàtica o passatge de dansa	v. línia/passatge+1 p.
	4. Gir de 360°	0,30	La manca de ritme en els enllaços	c/v 0,30 p.
	5. Salt amb cames obertes (Split 180°) – anterior posterior -	0,30		
	6. Vertical tombarella, salt en extensió, tombarella endavant	0,30	Faltes generals i d'aparell. Reglament UCEC	
		<b>1,80 p.</b>	<b>10,00 p.</b>	<b>Total 11,80 punts</b>