

SAUT DE CHEVAL

IMPOSE	NOTE DE DEPART	DESCRIPTION	ILLUSTRATIONS
IMPOSE 1	2.00	Course d'élan, saut extension <u>avec mini trampoline</u> , arrivée corps aligné bras aux oreilles sur la table de saut (maintien de la position 3"). Puis saut extension corps tendu. Réception stabilisée.	
IMPOSE 2	3.50	Lune avec <u>mini trampoline</u> , réception stabilisée	
IMPOSE 3	5.00	Lune avec <u>double tremplin</u> , réception stabilisée.	
IMPOSE 4	6.50	Lune avec <u>trampotrem</u> (hauteur simple tremplin), réception stabilisée	
IMPOSE 5	8.00	Tsukahara <u>avec trampotrem</u> (hauteur simple tremplin), réception stabilisée	