

GENERALITES
SECURITY MEN minimum 2

Tous les stunts du niveau précédent sont autorisés.
 Les stunts ne doivent pas dépasser 2 layer et 2,5 high.
 Un back n'est plus obligatoire pour les 1,5 high et moins.
 Toute la grille du niveau précédent est autorisée.
 Tout ce qui n'apparaît pas dans la grille est considéré comme interdit

STUNT

POSITION	Extension 1 pied	Le front est obligatoire pour toutes les positions et les actions en extension 1 pied.
MONTEE	180° vers extension 2 pieds	Toutes les montées sans changement de base sont autorisées,
	180° vers prep 1 pied	
	360° vers prep 2 pieds	Seuls les éléments tumbling du niveau peuvent être réalisés en entrée tumbling
	Switch up vers prep 1 pied	
	Toss up / Ball up vers prep 2 pieds	Dans une même séquence le flyer et les bases peuvent tourner en même temps, tant que les hanches du flyer ne dépassent pas 1 tour et demi.
	Toss up / Ball up 180° vers prep 2 pieds	
	Entrée tumbling arrivée Cradle	
	Entrée tumbling arrivée plat ventre	
TRANSITIONS et / ou RELEASE MOVE	Tic Toc prep 1 pied	Toutes les transitions sans changement de base sont autorisées
	Switch up prep 1 pied	
	Cradle de l'extension 1 pied	Tous les release move sont autorisés en transition
	1/4 + Cradle de l'extension 1 pied	
	Toss up / Ball up vers prep 2 pieds	Seules les rotations listées sont autorisées
	Toss up / Ball up 180° vers prep 2 pieds	
	360° vers prep 2 pieds	Après une rotation libre la réception en cradle est obligatoire.
	360° longitudinale du prep / extension 2 pieds	
	360° longitudinale du prep 1 pied	
	1/4 + 360° longitudinale du prep 1 pied	
	180° longitudinale du 2 pieds extension vers prep ou smoosh	
	180° longitudinale du 1 pied prep vers smoosh	
	Prone du prep 2 pieds	
	Fold over du prep 2 pieds	

DÉPLACEMENTS DES STUNTS	Toutes les directions en stradle sit / split en extension	Les déplacements en prep 1 pied et extension 1 pied sont interdits
	Toutes les directions 2 pieds jusqu'au niveau prep	Le 1/4 de tour sur lui-même en extension 1 pied est autorisé car il n'est pas considéré comme un véritable déplacement du stunt mais plutôt comme une évolution de stunt
	Toutes les directions 1 pied en dessous du niveau prep	
DESCENTE	Cradle de l'extension 1 pied	Pour que ces éléments soient considérés comme "descente" le retour au sol est obligatoire à la fin de l'élément
	1/4 + Cradle de l'extension 1 pied	
	360° longitudinale du prep 2 pieds	Après une rotation libre la réception en cradle est obligatoire.
	360° longitudinale de l'extension 2 pieds	
	360° longitudinale du prep 1 pied	Toutes les transitions sans changement de base sont autorisées en descente
	1/4 + 360° longitudinale du prep 1 pied	
	360° longitudinale du 1 ou 2 pieds prep vers smooth	Possibilité de réaliser une figure sans rotation et en départ 2 pieds niveau prep lors du cradle
	Prone du prep 1 ou 2 pieds	
Fold over du prep 1 ou 2 pieds		

INVERSIONS

Les stunts inversés en prep maximum sont permis		<i>Contact permanent 1 base d'origine</i>
TRANSITIONS	Prep vers smooth	1 spotter interieur obligatoire par fly
		<i>Réception 2 bases et 1 back</i>

PARTNER STUNT ASSISTES

POSITION	hands 2 pieds	Hands = Niveau prep
MONTEE	Toss vers shoulder stand	Un partner stunt assisté est obligatoirement composé de : 1 base / 1 flyer / 1 back
	Walk in / J-up / Toss vers hands 2 pieds	
DESCENTE	Pop off / Hop off du hands 2 pieds	
	Cradle du hands 2 pieds	

PARTNER STUNT

POSITION	Chair	Le spotter n'est pas obligatoire en position chair
	Shoulder stand	
MONTEE	Walk in vers shoulder stand	Un partner stunt est obligatoirement composé de : 1 base - 1 flyer - 1 spotter
	Jay up / Toss vers shoulder sit	
DESCENTE	Pop off	Le spotter n'est pas obligatoire en descente

PYRAMIDE

Tous les elements des stunts, inversions, partner stunt assistés et partner stunt du niveau sont autorisés en pyramide

POSITION	Extension 1 pied sans front avec minimum 1 connexion	La hauteur maximale d'une pyramide est de 2 layer et 2,5 high.
		La connexion directe entre deux ou plusieurs stunts en extension est autorisée sur deux pieds
MONTEE	Toss up vers extension 2 pieds	La combinaison des rotations longitudinales et transversales n'est pas autorisée
	180° L. Ball up vers prep 1 pied	
	360° L. Ball up vers prep 2 pieds avec 2 connexions	Les changements de base sans rotation et arrivée cradle, smooch ou prep sont autorisés
	Tic Toc extension avec 2 connexions minimum	
	Switch up extension avec 2 connexions minimum	
	360° L. vers extension 2 pieds	
	360° L. vers prep 1 pied	
	180° L. vers extension 1 pied	
INVERSIONS	Mêmes règles que pour les stunts	
TRANSITION	Tic toc extension avec 2 connexions minimum	
	Switch up vers extension avec 2 connexions minimum	
	Cradle extension 1 pied sans front	
	Cradle + 1/4 extension 1 pied sans front	
	Prone extension 2 pieds	
	Toss up / Ball up extension 2 pieds	
	180° Ball up extension 2 pieds	
	360° Longitudinale vers extension 2 pieds	
	360° Longitudinale vers prep 1 pied	
	180° Longitudinale de l'extension 2 pieds vers prep 2 pieds ou smooch	
	360° Longitudinale de l'extension 2 pieds vers le prep ou le smooch	
	180° Longitudinale de l'extension 1 pied vers prep ou smooch avec 2 connexions	
	180° Longitudinale vers extension 1 pied	
	360° Longitudinale Ball up vers prep 2 pieds avec 2 connexions	
	Toutes transitions sans perte de contact sont autorisées	
DESCENTE	Cradle extension 1 pied sans front	Pour que ces éléments soient considérés comme "descente" le retour au sol est obligatoire à la fin de l'élément
	Cradle + 1/4 extension 1 pied sans front	
	Prone de l'extension 2 pieds	
	Fold Over de l'extension 2 pieds	
DEPLACEMENTS	Tous les déplacements connectés sont autorisés pour une pyramide sans extension	

BASKET TOSS

Toutes le figures sans rotation

Combinaison des figures autorisées

Les Baskets Toss doivent se faire avec quatre bases obligatoirement.

TUMBLING

STANDING

Flip

RUNNING

Roue - Flip

Rondade flip

Rondade série de flip

Saut de main

Tous les éléments tumbling standing et running du niveau peuvent être enchainés.

SAUTS

Enchainement sauts + standing tumbling

Le saut de mains peut etre enchainé après un saut.

Non

