**Двойной минитрамп**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **разряд** | **упражнение** | **1 элемент** | **2 элемент** |
| **3 юн. р-д**  **2006 г.р. и младше** | **1 упражнение** | Прыжок в группировке | Прыжок согнувшись ноги вместе |
| **2 упражнение** | Прыжок согнувшись ноги врозь | Прыжок с поворотом на 180 |
| **2 юн. р-д**  **2005 г.р.** | **1 упражнение** | Прыжок согнувшись ноги врозь | Прыжок с поворотом на 360 |
| **2 упражнение** | Прыжок в прямом положении | Сальто вперёд в группировке |
| **1 юн. р-д**  **2005-04 г.р.** | **1 упражнение** | Прыжок в группировке | Сальто вперёд согнувшись |
| **2 упражнение** | Сальто вперёд в группировке | Прыжок согнувшись ноги врозь |
| **3-й спортивный**  **2003 г.р. и младше** | **1 упражнение** | Сальто вперёд в группировке | Сальто вперёд согнувшись |
| **2 упражнение** | Сальто назад в группировке | Сальто вперёд в группировке |
| **2-й спортивный**  **2003 и младше** | **1 упражнение** | 2 произвольных упражнения общей сложностью не менее 2,4 балла, без промежуточных прыжков, при этом 1-й элемент может выполняться на любой зоне ДМТ. | |
| **2 упражнение** |

**УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:**

**Г – группировка;**

**С – согнувшись;**

**П – прямое;**

**СВ – согнувшись ноги врозь.**

**1-й спортивный разряд**

**2 упражнения по международной программе для соревнований среди возрастных групп.**

**КАНДИДАТЫ В МАСТЕРА СПОРТА.**

**2 упражнения по международной программе для соревнований среди возрастных групп.**

**МАСТЕРА СПОРТА**

**2 упражнения по международной программе «сальтовое и винтовое».**