Danse acrobatique - Nom, Prénom :

Je suis capable de réaliser avec :

PASSES	Almana spin																				
	Américan spin simple; double																				
	Au pieds de la dame																				
	Bascule à 2																				
	Bop 10 temps																				
	Caresse double alternée																				
	Caresse double simple																				
	Chaise finale																				
	Changement de main dos																				
	Demi-valse																				
	Envoi - retour																				
	Guidage poignet																				
	Mariallan																				
	Méli-mélo																				
	Petite chaise																				
	Tire-bouchon																				
	Toupie																				
FIGURES ACROBATIQUES PAR ELEMENT	Aérobic à genoux	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Aérobic debout	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Ambre	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Cavalier	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Ceinture	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Cercle de feu	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Chandelle	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Cheval	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Cheval I	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Culbuto	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Elevation	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Entrée costale	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			

Danse acrobatique - Nom, Prénom :

Je suis capable de réaliser avec :

FIGURES ACROBATIQUES PAR ELEMENT

Etoile filante	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Finish	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Franchissement 1/2 tour	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Glissade	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Grand culbuto	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Grand soleil	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Grande barrière	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Hancher	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Lune	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Moulin	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Nez	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Petit plongeon	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Petit soleil	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Petite barrière	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Petite barrière double	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Porter planche	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Porter simple	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Roue dos	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Roue face	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Roulade arrière dos	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Roulade arrière dos piquée	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Roulade costale	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Salto arrière assi épaules	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Saut assis sur les épaules	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				
Saut de mains genou	Parquet																				
	Tapis																				
	Paré																				

Danse acrobatique - Nom, Prénom :

Je suis capable de réaliser avec :

FIGURES ACROBATIQUES PAR ELEM	Saute mouton	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Sirène	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Sortie de la grotte	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Spirale	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Staff	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Tête beche 360	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
	Tourniquet	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
FIGURES ACROBATIQUES AUTRES OU COMBINEES	Spéciale	Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			
		Parquet																			
		Tapis																			
		Paré																			