## CODICE FACILITATO ASI - CORPO LIBERO

| VALORE ELEMENTI | A<br>0.1 | B<br>0.2 | C<br>0.3 | D<br>0.4 |
|---|---|---|---|---|
| GINNICI | pennello anche con 180° | salto spinta 1 pd con 180° gb a 90° | salto spinta1 pd con 360°gb a90° | johnson |
| | raccolto anche con 180° | cosacco anche con 180° | cosacco 360° o cosacco cambio | strug |
| | salto del gatto anche con 180° | carpio unito o divaricato sopra 135° | pennello 540° | enjambee' pari 360° |
| | sforbiciata a gb tese | pennello 360° | raccolto 540° | enjambee' cambio 180° |
| | cosacco spinta a 1 piede | raccolto 360° | gatto 540° | enjambee' cambio ad anello |
| | pivot 180° gb a 45° | gatto 360° | shushunova | pennello 720° |
| | pivot 180° sin+pivot 180° dx in passe' | sisonne (min 135°) | pivot 540° | raccolto 720° |
| | enjambee'spinta a 2 piedi a 90° | pivot 360° | pivot 360° gamba tesa a 90° | cosacco 720° |
| | enjambee'spinta a 1 piede a 90° | pivot 360° gb a 45° | pivot 360° gamba impugnata | carpio unito o divaricato 360° |
| | salto del cervo | pivot 180° gamba impugnata | pivot 360° sin + pivot 360° dx | montone |
| | | pivot 360° in accosciata( wolf turn) | pivot 720° in passe' | pivot 540° o più gamba impugnata |
| | pivot 180° | enjambee'spinta a 2 piedi sopra 150° | enjambee spinta a 2 pd con 1/2 giro | illusion |
| | pivot 180° gb a 45° | enjambee'spinta a 1 piede sopra 150° | enjambee' ad anello | pivot 720° |
| | pivot 180° su 2 pd(solo nel PINK) | enjambee' laterale (1/4 di giro) | enjambee spinta a 2 pd ad anello | shushunova 180° |
| | pivot 180° in accosciata(wolf turn) | salto girato | enjambee' cambio apertura 180° | pivot 720° in accosciata(wolf turn) |
| | | salto del cervo sopra 135° | carpio unito o divaricato con 1/2 giro | |
| | | | pivot 540° in accosciata (wolf turn) | |
| ACROBATICI | capovolta avanti anche saltata | verticale 360° | sisonne ad anello | ribaltata senza mani |
| | capovolta indietro | rovesciata avanti | cervo ad anello | costale |
| | verticale a gb divaricate a 180° | rovesciata indietro | dalla squadra salire in vert 2" | flic tempo |
| | * verticale 2" | rovesciata araba (partenza seduti) | ribaltata a 1 | capovolta ind.alla vert. br. tese 360° |
| | verticale e capovolta | tic tac | ribaltata a 2 | salto avanti teso anche con avvitam. |
| | ruota ( anche a 1 mano) | ruota spinta o saltata | flic avanti | salto dietro teso anche con avvitam. |
| | tuffo | capovolta ind.alla verticale br.piegate | flic indietro unito o divaricato | |
| | | rondata | ruota senza mani | |
| | | | capovolta ind.alla verticale br. tese | |
| | ponte e rovescio ( solo PINK CUP) | | salto avanti raccolto | |
| | | | salto dietro raccolto | |
| | *N.B. solo nel PINK CUP la verticale tenuta 2" è considerata ROVESCIAMENTO<br>utile anche per la serie acrobatica( poss scendere piede/piede ed eseguire una capovolta) | | | |