



8-9 ans		9-10 ans		10-11 ans	
BASE	EVOLUTION	BASE	EVOLUTION	BASE	EVOLUTION
ATR pont avant		ATR rebond Pont avant		ATR rebond / pont avant	
Roulade avant par la chandelle corps tendu, arrivée groupé		Roulade avant par la chandelle corps tendu, arrivée groupé		Roulade avant par la chandelle corps tendu, arrivée groupé	
Placement dos groupé ATR		Placement dos groupé ATR			
Roulade avant bras et jambes tendus, arrivée jambes fléchies (<i>position groupée</i>)	<i>... relever jambes tendues (si placement du dos après)</i>	Roulade avant bras et jambes tendus, se relever jambes tendues			
	<i>Placement dos écart ATR retour pieds entre mains</i>	Placement dos en force écart <i>½ valse avant (par 1/4 tr)</i>		Placement dos écart, mains en supination <i>½ valse avant (1/2 tr)</i>	
Saut 1/2 tour				Pont Arrière	
Roulade arrière arriver en gainage, appui facial. Courbette pour revenir sur les pieds	<i>Roulade arrière ATR</i>	Roulade arrière ATR / <i>¼ valse arrière</i>	<i>½ valse arrière</i>	Roulade arrière ATR - <i>½ valse arrière</i>	<i>1/1 valse arrière</i>
		Roulade avant bras jambes tendus, se relever jambes tendues	<i>Roulade avant équerre puis, dégager derrière, puis temps de courbette, retour sur les pieds</i>	Roulade avant équerre stalder, revenir debout	<i>stalder 1/2 valse avant</i>
Battement avant roue arrivée en fente		Battement avant roue pied-pied		Battement avant roue pied pied impulsion	<i>1/2 tour</i>