



C PROGRAM

PRESKOK – gimnastičarke uzrasta I do IV razreda osnovne škole

Odskočna daska, švedski sanduk u visini 40 cm i doskočište – strunjače visini 20 cm.

Zaletom i sunožnim odskokom **skok pruženim telom** sa izrazitom vertikalnim komponentom preskok preko švedskog sanduka. U uzlaznoj fazi leta uzručiti, u silaznoj fazi kod doskoka predručiti.....5,00

PRESKOK – gimnastičarke uzrasta V i VI razreda osnovne škole

Odskočna daska, kozlić visine 110 cm i doskočište – strunjače visine 20 cm.

Raznoška.....5.00

PRESKOK – gimnastičarke uzrasta VII i VIII razreda osnovne škole

Odskočna daska, konj visine 120cm i doskočište – strunjače visine 20 cm.

Zgrčka5.00

PRESKOK – gimnastičarke uzrasta I do IV razreda srednje škole

Odskočna daska, konj visine 120 cm i doskočište – strunjače visine 20 cm.

Zgrčka sa zanoženjem.....5.00

Napomena: Sastavi na ostalim spravama isti su sa sastavima u školskom programu, sem preskoka.