

Sprongtabel supplement D t/m H

Groep 0 & 1					Groep 3				
Nr.	Sprong	Opm.	D-score	Symbool	Nr.	Sprong	Opm.	D-score	Symbool
0.10	Streksprong op - streksprong af	Alleen H	1.10 P.						
1.00	Overslag		1.60 P.						
1.01	Overslag - 1/2 draai		2.00 P.						
1.02	Overslag - 1/1 draai		2.60 P.						
1.10	Yamashita		2.00 P.		3.10	Tsukahara hurk	Alleen D	3.20 P.	
1.11	Yamashita - 1/2 draai		2.40 P.						
1.12	Yamashita - 1/1 draai		2.80 P.						
1.20	1/2 draai in - afstoot af		1.60 P.		3.20	Tsukahara hoek	Alleen D	3.40 P.	
1.21	1/2 draai in - 1/2 draai uit		2.40 P.						
1.22	1/2 draai in - 1/1 draai uit		2.60 P.						
1.40	Arabier flik-flak - afstoot	Alleen D	2.00 P.						
T1.41	Arabier flik-flak - 1/2 draai	Alleen D	2.40 P.						
T1.42	Arabier flik-flak - 1/1 draai	Alleen D	2.80 P.						