

1) Ryhmäliikkeet

Yksittäisarvosteluliikkeet tehdään kuudessa erässä:

- 1) seuraaminen
- 2) z + luokse
- 3) ruutu
- 4) ohjattu
- 5) ”hässäkkä”
- 6) tunnari + kauko

-> puretaan aina kaikki häiriömerkit ja rakennetaan vain ne, jotka kuuluu liikkeisiin

4

3

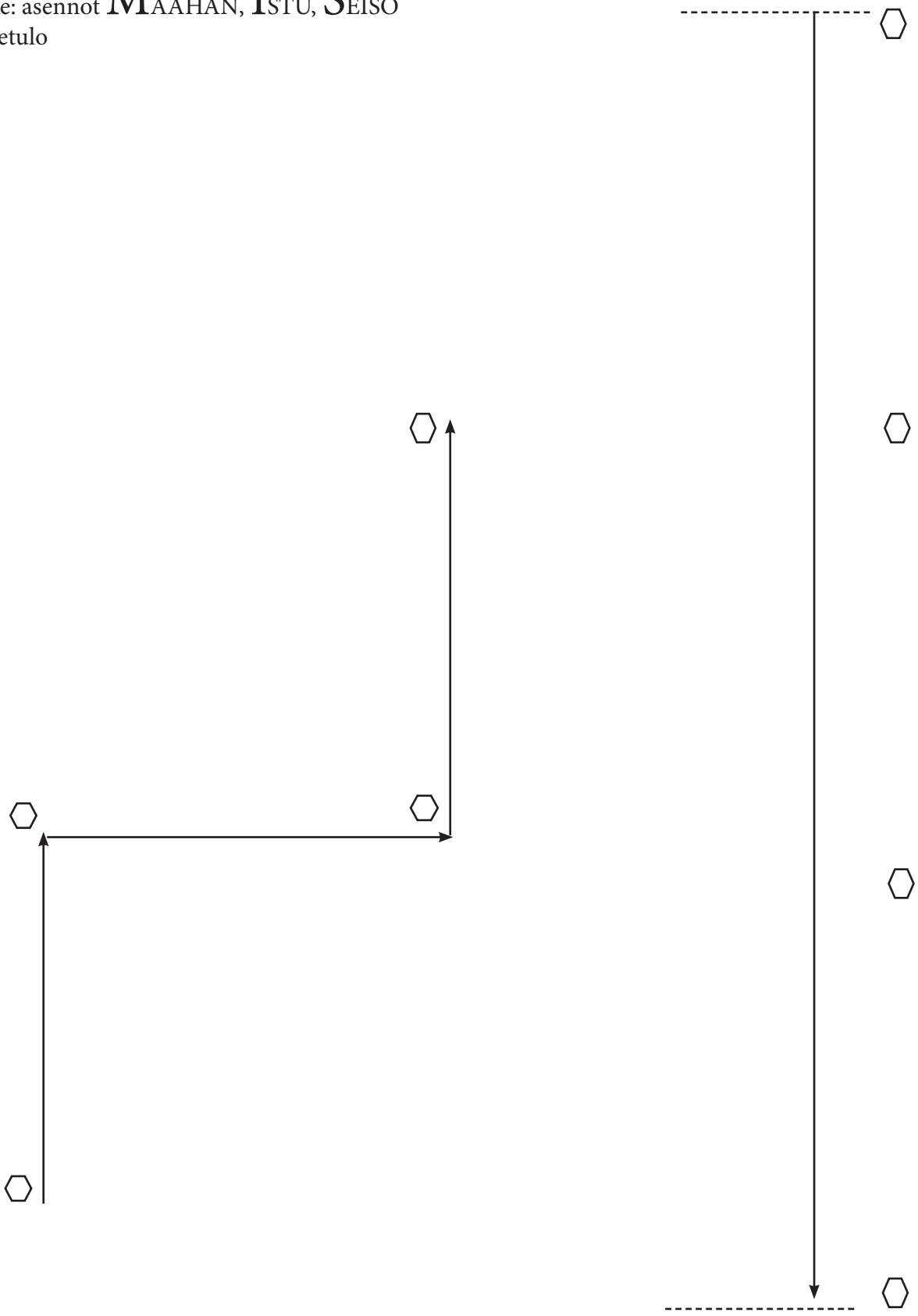
2

1

Merkitään tää 10 metrin etäisyys reunoille laitettavilla tötsillä ja ohjeistetaan kilpailijoita tästä linjasta.

Liikkeet:

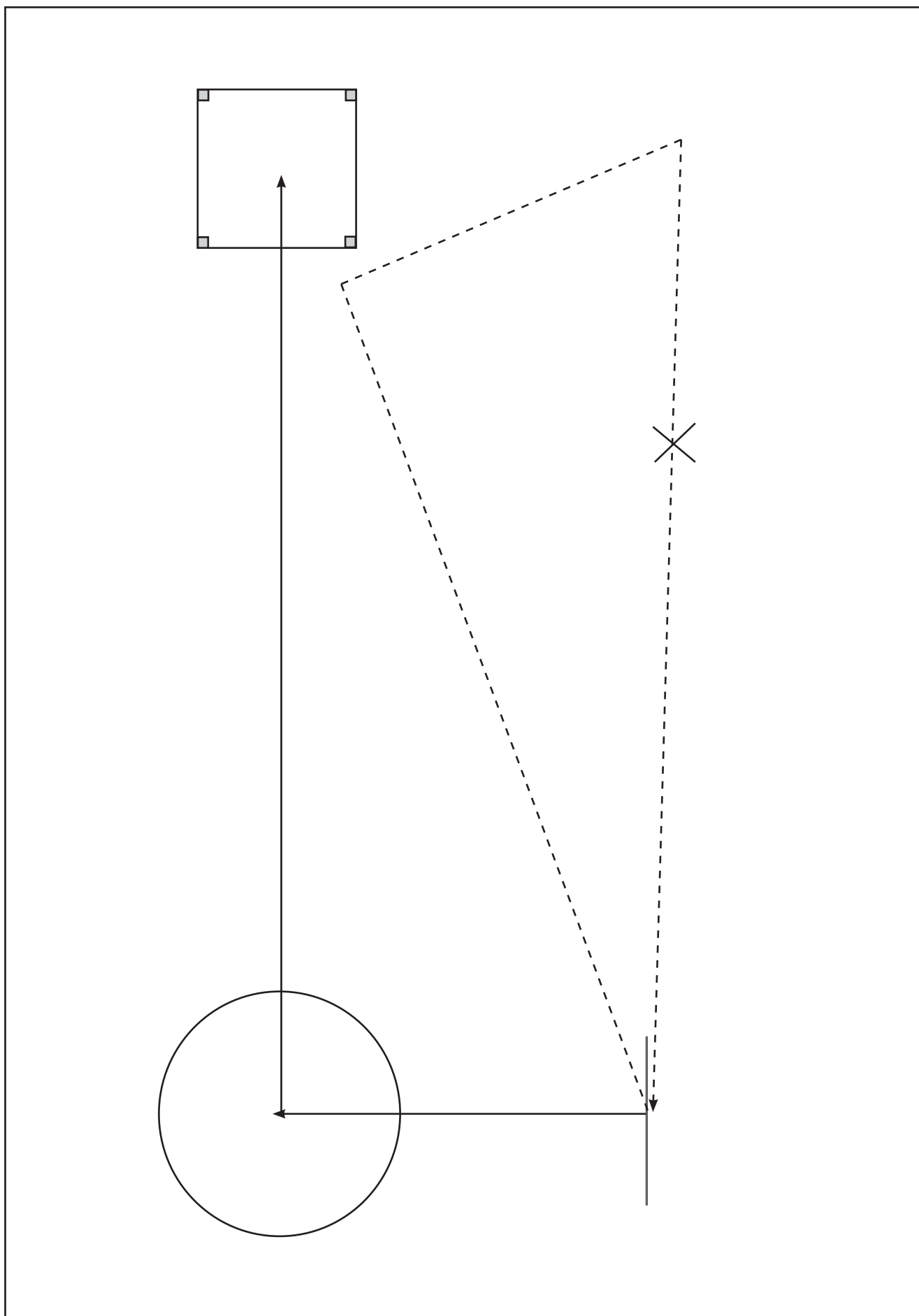
- 4) Z-liike: asennot **M**AAHAN, **I**STU, **S**EISO
- 5) luoksetulo



Toko - liikkuriohje EVL, Salme Mujunen

Liikkeet:

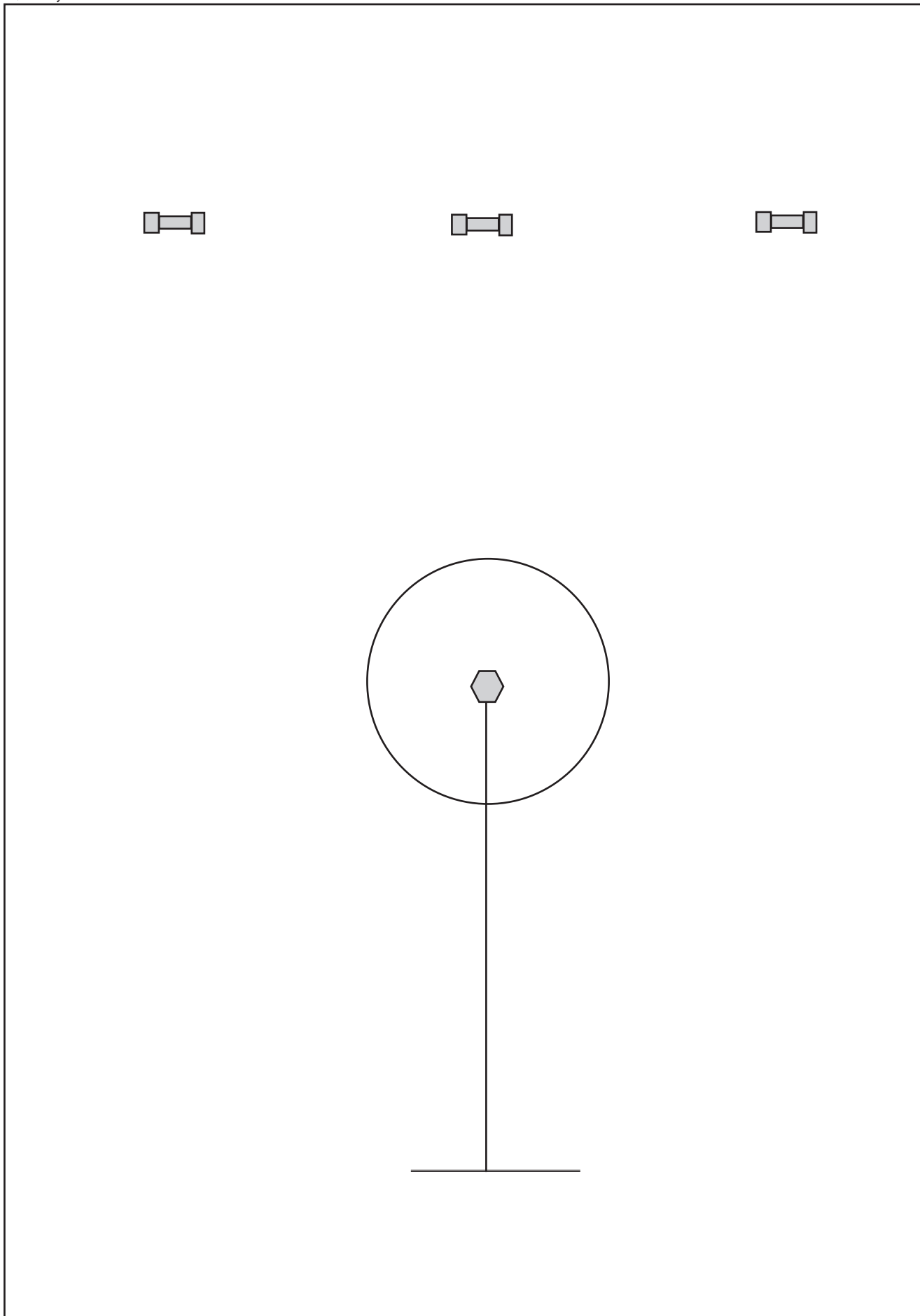
6) Ruutu



Toko - liikkurihje EVL, Salme Mujunen

Liikkeet:

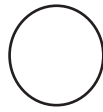
7) Ohjattu nouto



Toko - liikkuriohje EVL, Salme Mujunen

Liikkeet:

8) merkki, seis, ohjattu nouto, hyppy



Toko - liikkurihje EVL, Salme Mujunen

Liikkeet:

9) tunnari

10) kauko-ohjaus -> tehdään liikkeet 9 & 10 samalta aloitusviivalta.

