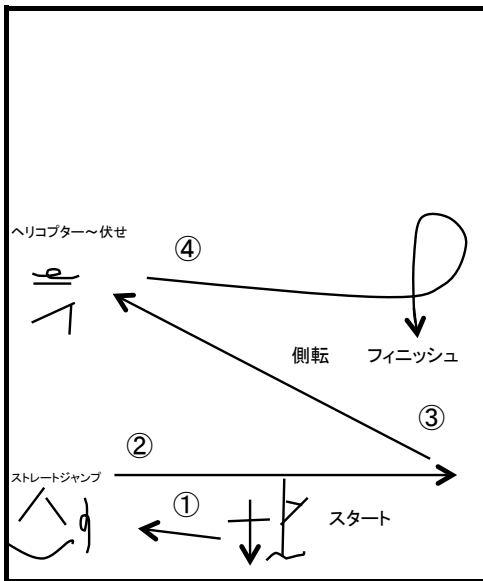


# ジュニア 男女混合シングル部門規定演技2018 ～入門編～



パンケーキ	柔らかい動きで立ち上がる	Y字バランス	移動① シャッセ～リープジャンプ ストレートジャンプ
-------	--------------	--------	----------------------------------

床へ移行動作	5678～ストラドルサポート	5678で立ち上がる	バーチカル ランジ×2
--------	----------------	------------	----------------

ハイキック2回ポーズ	AMP移動②	移動③側転	フロンタルスプリット サジタルスプリット
------------	--------	-------	-------------------------

ポーズ	移行動作	ヘリコプターの入りで伏せ	移行動作	プッシュアップ 立ち上がる
-----	------	--------------	------	------------------

AMP	AMP移動④	床へ行って 立ち上がる
-----	--------	----------------