

WBTF/FITW: FOGLIO DI GIUDIZIO GRADO 4

Atleta	Società	Esaminatore					
Contenuto			Valutazione				
Danza III	1. Balance Step sx /dx 2. Passo composto dx/sx		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
Danza III	3. Slancio avanti gamba sx 4. Slancio avanti gamba dx 5. Salto con divaricata frontale		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
Basic Twirl	1. Figura 8 orizzontale mano dx 2 VOLTE		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
	2. Figura 8 orizzontale mano sx 2 VOLTE		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
	3. Figura 8 verticale al diritto + 4 dita mano dx,		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
	4. Figura 8 verticale al diritto + 4 dita mano sx		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
	5. Movimento frontale (B) laterale fianco sx mano dx con passaggio a mano sx + movimento frontale (B) laterale sul fianco dx mano sx con passaggio a mano dx		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
Basic Twirl	6. Roll al diritto sul gomito con passaggio sul polso sx, mano dx ripresa dx		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
	7. Roll sul polso sx con cambio sul polso dx mano dx ripresa sx		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
	8. Pretzel mano dx, ricciolo alla nuca girando a sx		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
	9. Flip al diritto mano dx (2 volte)		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
	10. Flip al diritto mano sx (2 volte)		A	B	C	D	E
			10	8	6	4	0
Combinazione 1	4 Mov. Orizz. Mano dx (piede sn puntato) – Scivolata sul pomello - Passaggio intorno al collo chiusura a tergo (piedi in 3a sn di fronte)		A	B	C	D	E
		10	8	6	4	0	
Combinazione 2	2. Roll rov. Mano dx (piede sn punt. avanti) - Roll dir. Mano dx (affondo in 4a dx) - Roll sul gomito sx mano dx (piede sn puntato avanti), circonduzione delle braccia sul piano frontale chiusura lungo i fianchi (piedi in 3a sn di fronte)		A	B	C	D	E
		10	8	6	4	0	
Commenti:		<input type="checkbox"/> Promosso <input type="checkbox"/> Non promosso	TOTALE /140 punti				

100 punti o oltre per superare il test