



Bedømmelseskort for Bronze, Figurdel.

Løber:..... Klub:..... Dato:.....

Øvelse 1 + 2 Baglæns Tretal	udvendig	indvendig
1. mønster		
2. skær		
3. glid - rytme		
4. knæarbejde		
5. balance, kontrol og kropssposition		
6. fodplacering		
7. tretal		
total		
gentagelse		

Øvelse 3 + 4 Baglæns Slangesving	udvendig til indvendig	indvendig til udvendig
1. mønster		
2. skær		
3. balance, kontrol og kropssposition		
4. knæarbejde		
5. glid - rytme		
6. slangesving (skærskift)		
7. fodplacering		
total		
gentagelse		

Bemærkninger:.....

.....

Dommers underskrift:.....