

Niveau	Sauts simples	Figure de bases	Rotations Avant					Rotations arrières				
			Salto avant		Ball out		cody avant	Salto arrière		Cody		Pull-over
			sans vrille	avec vrille	sans vrille	avec vrille	sans vrille	sans vrille	avec vrille	sans vrille	avec vrille	sans vrille
Coupe Formation	Chandelle Saut final Saut groupé Saut carpé Saut écart 1/2 vrille	Assis - debout Assis - 1/2 debout 1/2 assis - 1/2 debout rebond 4 pattes Genoux - debout	4 pattes - salto, assis 4 pattes - Dos									Pull-over
D4	vrille	4 pattes - Ventre Ventre Dos Rebond dos	Genoux - Dos Petit piqué	1/2 Dos	Dos - Debout Dos - 4 pattes	Dos - 1/2 Debout		Pull-over	1/2 4 pattes 1/2 ventre	Ventre - Debout Ventre - Assis		Pull-over o Pull-over <
D3		Rebonds ventre Cat twist Roller Vrille, assis	Avant o Avant < 3/4 Avant	Avant + 1/2 tour	Dod - 4 pattes - dos Porpus	Craddle Dos - vrille, debout	Ventre - Dos <	Back o 3/4, 4 pattes	vrille, dos	Ventre - Dos Ventre - Dos - Pull-over	Ventre - 1/2 Ventre	Pull-over, dos Pull-over, ventre
D2 Junior			Piqué 5/4 Avant	Barani o Barani <	Dos - Ball out o Piqué - Ball Out	Ball out o + 1/2 Cork-screw	Ventre - Dos /	Back < Back / 3/4 Back 4/5 Back	3/4 Back + 1/2 1/2 Piqué	3/4 Back - Dos - Pull-over 3/4 Back - Cody	Vrille ventre - 1/2 ventre Ventre - vrille, dos	
D2 Senior		Double cat twist	1 3/4 Avant o 2 Avant, assis	Barani, dos Barani / 3/4 Avant + vrille Avant + vrille	Ball out <	BBO Porpus + vrille	Ventre - Debout <	5/4 Back < - pull-over 3/4 Back <	Back + 1/2 Full 2 Vrilles dos	3/4 Back - Cody < 3/4 Back - Cody /		
D1 Junior		Triple cat twist	1 3/4 Avant <	Half out o Half out < Rudolf	1 3/4 - 2 Ball out o	BBO / Rudy BO		2 Back o	2 Full Half in, ventre Half in, dos	3/4 Back - 2 Cody	Cody + 1/2, dos HI Cody Full cody	2 Pull-over
D1 Senior			2 3/4 Avant o 2 3/4 Avant < 3 3/4 Avant o	Rudy out BIFO Randolf Full In Rudy Out	2 Ball out <	Randy BO Barani Out BO BIFO BO		2 Back < 2 Back /	3 Back HIHO Back In FO FIFO HIRO ...		HIHO Cody 2 Full cody	