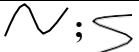
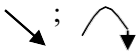

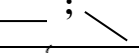


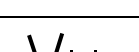
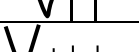
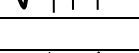
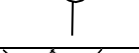








## Tabla de Valor Técnico VT – 12-14 años

Nombre de Equipo \_\_\_\_\_

Elementos requeridos	Signos	Max	
<b>1. Movimientos corporales</b>			
1 onda corporal total		0.2	
1 swing corporal total		0.2	
1 flexión		0.2	
1 línea o inclinación		0.2	
1 relajación		0.2	
1 torsión		0.2	
1 contracción		0.2	
2 A-series 2 x 0.3		0.6	
2 B-series 2 x 0.4		0.8	
<b>2. Equilibrios</b>			
2 equilibrios 2 x 0.2		0.4	
1 serie equilibrios		0.3	
<b>3. Saltos</b>			
2 saltos 2 x 0.2		0.4	
1 serie saltos		0.3	
<b>4. Serie pasos</b>			
1 x 0.3		0.3	
<b>5. Movimiento Acrobático</b>			
1 Acrobacia		0.2	
<b>6. Movimientos de flexibilidad</b>			
3 x 0.1 (pierna derecha - izquierda; atrás)			

<b>7. Series combinadas</b>	<b>Ejemplos:</b>	<b>0.9</b>	
3 series diferentes 3 x 0.3			
<b>TOTAL</b>		<b>5.9</b>	
<b>Bonus</b> Todos los elementos corresponden de manera excelente al nivel, habilidades y edad de las gimnastas		<b>+ 0.1</b>	