

Cvičebný tvar	poloha	výdrž	D- rozhodca	E- rozhodca /čas/	bonus
Stojka na hlave, prednos	Zaujatie polohy	Výdrž v polohe 2sec a viac	CT uzná	0,0b	nie
Stojka na hlave, prednos	Zaujatie polohy	Výdrž v polohe menej ako 2sec	CT uzná	0,3b	nie
Stojka na hlave, prednos	Zaujatie polohy	Bez výdrže	CT neuzná	0,5b	nie
Stojka na hlave, prednos	nezaujatie polohy		CT neuzná	0,5b	nie
Špicar, vzos, váha vo vise vzadu	Zaujatie polohy	Výdrž v polohe 2sec a viac	CT uzná	0,0b	áno
Špicar, vzos, váha vo vise vzadu	Zaujatie polohy	Výdrž v polohe menej ako 2sec	CT uzná	0,3b	áno
Špicar, vzos, váha vo vise vzadu	Zaujatie polohy	Bez výdrže	CT neuzná (uznáva sa ako stojka na hlave)	0,5b	nie
Špicar, vzos, váha vo vise vzadu	nezaujatie polohy		CT neuzná	0,5b	nie