

Sprongtabel Clubkampioenschappen Mobilee 2024

Toestel	Sprong	Afzetvlak	Uitgangswaarde
Verhoogd vlak	Ophurken, rol voorover tot stand en 2-benige streksprong af	Trampoline	2.8
		Springplank	3.3
	Koprol en via hurkzit tot stand, 2-benige streksprong af	Trampoline	3.0
		Springplank	3.5
	Handstand platvallen	Trampoline	4.0
		Plankoline	4.3
		Springplank	4.5
Kast	Handstandoverslag	Trampoline	4.5
		Plankoline	4.8
		Springplank	5.0
Pegases 1.25	Handstandoverslag	Trampoline	4.8
		Plankoline	5.0
		Springplank	5.3
	Half in	Trampoline	4.8
		Plankoline	5.0
		Springplank	5.3
	Half in half uit	Trampoline	5.1
		Plankoline	5.3
		Springplank	5.6

Bijzonderheden:

Verhoogd vlak is (voor iedereen) 90 cm, ofwel drie dikke matten hoog

Meisjes geboren in 2011 of ouder springen over een hele kast

Meisjes geboren in 2012 en later mogen springen over een kast minus 1 deel