

Sprongenformulier Individueel Springen



Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie
GROEPSSPRINGEN

AIRTRACK: Niveau: A / B / C * **Baan:** **Ronde:**

Categorie: Dames / Heren* **Jeugd / Junior / Senior ***

*Omcirkelen wat van toepassing is

Naam :

Vereniging:

1° SPRONGSERIE

| Nr. | Sprongen | Moeilijkheids-waarde | Max. uitv.-waarde | Aftrek | Uitv.-cijfer |
|---------------------------|----------|----------------------|-------------------|--------|--------------|
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| Totaal | | | 8.0 | | |
| Eindcijfer 1° sprongserie | | | | | |

2° SPRONGSERIE

| Nr. | Sprongen | Moeilijkheids-waarde | Max. uitv.-waarde | Aftrek | Uitv.-cijfer |
|---------------------------|----------|----------------------|-------------------|--------|--------------|
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| Totaal | | | 8.0 | | |
| Eindcijfer 2° sprongserie | | | | | |

Paraaf Jury: _____