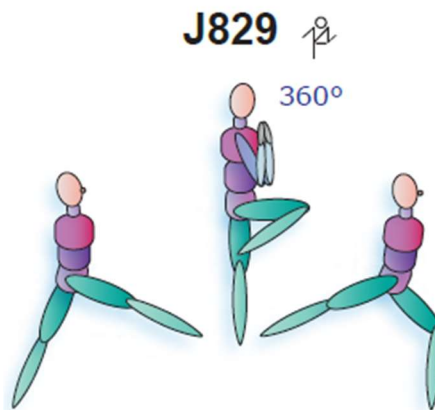


## Uusi vaikeusosa julkaistu

EM-kilpailuissa nähtiin uusi vapaaohjelman vaikeusosa, joka on nyt käytettävissä myös kansallisissa kilpailuissa. Hypyn vaatimukset, koodi ja symboli löytyvät alta:

### Hop with 360° twist with one leg bent in horizontal position



- code number is J829
- the difficulty requirements for the skill are as follows:
  - o take-off from one leg and landing on the same leg
  - o one leg must be lifted and bent so that the hip and knee angles are minimum 90°
  - o the other leg must be straight
  - o the full twist must be finished in the air
  - o placement of arms is optional for the team (same for all gymnasts)