Anexo 1 – Cartaz de demonstração da Tarefa 1

1.º – Cambalhota à retaguarda, terminando com as pernas afastadas e em extensão

2.º – Salto vertical com meia pirueta

3.º – Cambalhota à frente, terminando com os pés juntos

Sequência de Ginástica no Solo – Versão 2