

pré-requis

Déb + : Cross Knee, Patineuse, Attitude inversée, Grimper, Viva 1 et 2 du sol, Crucifix inversé

Inter 1 : Cross Knee Release, Gemini, Butterfly, Pike + figures Déb +

Inter 1+ : Bird, Dragonfly, Balançoire, Ballerine, Princess passage fesses + Figures Niveaux Précédents (FNP)

Inter 2 : Viva 1 et 2 d'une inversion, Flat Scorpio, Jade, Extended, Superman, Marche sur l'eau (sans le coude) + FNP

Inter 2+ : Ballerine d'en haut, Brass Monkey, Allegra, Ayesha + FNP

Avancé : Reiko, V d'en haut, Shoulder V, Side Superman, Cupid + FNP

Toutes les figures doivent passer aisément et tenir au moins 3 secondes.