

SISTEMA DE CALIFICACIÓN

HABILIDADES Y NIVELES APROPIADOS

NIVEL 2



ASMEX
C H E E R & D A N C E

© ASMEX Cheer & Dance 2023

www.asmex.mx

NIVEL 2

ELEVACIONES APROPIADAS – NIVEL 2

INVERSIONES	MOVIMIENTOS SUELTOS	SUBIDAS CON GIRO	COMBINACIÓN DE HABILIDADES	DESMONTES/BAJADAS
<ul style="list-style-type: none"> • INVERSIÓN DESDE NIVEL DE SUELO HACIA DEBAJO DEL NIVEL PREP • INVERSIÓN DESDE NIVEL DE SUELO A NIVEL PREP 	<ul style="list-style-type: none"> • TIC TOC EN NIVEL PREP (LIB - LIB) 	<ul style="list-style-type: none"> • TRANSICIÓN CON 1/2 GIRO HACIA UN NIVEL INFERIOR A PREP • TRANSICIÓN CON 1/2 GIRO HACIA NIVEL PREP • TRANSICIÓN CON 1/4 GIRO HACIA 1-PIERNA EN NIVEL PREP • TRANSICIÓN CON 1/4 GIRO HACIA NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • ELEVACIÓN EN 1-PIERNA EN NIVEL PREP • ELEVACIÓN EN NIVEL EXTENDIDO • GIRO DE BARRIL • VARIACIONES DE SALTO DE RANA • WALK IN HACIA NIVEL PREP, IMPULSO HACIA NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • TRANSICIÓN CON 1/2 GIRO A PRONA • DESMONTE RECTO DESDE NIVEL EXTENDIDO A CUNA • DESMONTE RECTO DESDE 1-PIERNA EN NIVEL PREP A CUNA

ELEVACIONES AVANZADAS – NIVEL 2

INVERSIONES	MOVIMIENTOS SUELTOS	SUBIDAS CON GIRO	COMBINACIÓN DE HABILIDADES	DESMONTES/BAJADAS
<ul style="list-style-type: none"> • INVERSIÓN DESDE NIVEL DE SUELO A POS DEL CUERPO EN NIVEL PREP 	<ul style="list-style-type: none"> • TIC TOC EN NIVEL PREP (LIB - POS DEL CUERPO) • ESTILO SUELTO DESDE NIVEL DE SUELO A LIB EN NIVEL PREP (EJ: SWITCH UP) • ESTILO SUELTO DESDE NIVEL DE CINTURA A LIB EN NIVEL PREP 	<ul style="list-style-type: none"> • TRANSICIÓN CON 1/2 GIRO HACIA POS DEL CUERPO EN NIVEL PREP 	<ul style="list-style-type: none"> • PREP • TIC TOC CON 1/2 GIRO HACIA NIVEL PREP (1-PIERNA - LIB) • INVERSIÓN CON 1/2 GIRO HACIA LIB EN NIVEL PREP 	<ul style="list-style-type: none"> • DESMONTE CON 1/4 DE GIRO DESDE NIVEL PREP O SUPERIOR A CUNA • TRANSICIÓN CON 1/2 GIRO DESDE NIVEL EXTENDIDO A POSICIÓN DE CUNA

ELEVACIONES ELITE – NIVEL 2

INVERSIONES	MOVIMIENTOS SUELTOS	SUBIDAS CON GIRO	COMBINACIÓN DE HABILIDADES	DESMONTES/BAJADAS
<ul style="list-style-type: none"> • INVERSIÓN DESDE NIVEL DE SUELO A NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • TIC TOC EN NIVEL PREP (POS DEL CUERPO - POS DEL CUERPO) • DESDE NIVEL DE SUELO A POS DEL CUERPO EN NIVEL PREP (EJ: SWITCH UP) • DESDE NIVEL DE CINTURA A POS DEL CUERPO EN NIVEL PREP 	<ul style="list-style-type: none"> • TRANSICIÓN CON 1/2 GIRO HACIA NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • INVERSIÓN CON 1/2 GIRO HACIA 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • INVERSIÓN CON 1/2 GIRO HACIA POS DEL CUERPO EN NIVEL PREP • TIC TOC CON 1/2 GIRO EN NIVEL PREP (1-PIERNA A POS DEL CUERPO) 	

BASKETS – NIVEL 2

SIN GIRO	CON GIRO
<ul style="list-style-type: none"> • LANZAMIENTO RECTO. 	N/A

GIMNASIA DE PARADO – NIVEL 2

APROPIADO	AVANZADO	ELITE
<ul style="list-style-type: none"> • FLIC DE PARADO. • FLIC DE PARADO – STEP OUT. 	<ul style="list-style-type: none"> • RODADA ATRÁS – FLIC. • ARCO PASADO – FLIC. • ARCO PASADO – FLIC STEP OUT. 	<ul style="list-style-type: none"> • ARCO PASADO – FLIC STEP OUT – ARCO PASADO. • ARCO PASADO CON CAMBIO DE PIERNA – FLIC. • FLIC STEP OUT – ARCO PASADO – FLIC. • VALDEZ – FLIC. • VALDEZ – FLIC STEP OUT.

GIMNASIA EN LÍNEA – NIVEL 2

APROPIADO	AVANZADO	ELITE
<ul style="list-style-type: none"> • VUELTA DE CARRO – FLIC. • REDONDILLA - FLIC. 	<ul style="list-style-type: none"> • REDONDILLA – FLIC STEP OUT. • RUEDA DE CARRO – SERIES DE FLICS. • REDONDILLA – SERIES DE FLICS. • FLIC AL FRENTE. • ARCO AL FRENTE – FLIC AL FRENTE. 	<ul style="list-style-type: none"> • SERIES DE FLICS AL FRENTE. • BOUNDER/FLYSPRING. • ARCO AL FRENTE – REDONDILLA – FLIC/SERIES DE FLICS. • RUEDA DE CARRO – FLIC STEP OUT – ARCO PASADO