

SISTEMA DE CALIFICACIÓN

HABILIDADES Y NIVELES APROPIADOS

NIVEL 6



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

© ASMEC Cheer & Dance 2023

www.asmec.mx

NIVEL 6

ELEVACIONES APROPIADAS – NIVEL 6

INVERSIONES	MOVIMIENTOS SUELTOS	SUBIDAS CON GIRO	COMBINACIÓN DE ELEMENTOS	ESTILO COED	DESMONES/BAJADAS
<ul style="list-style-type: none"> • INVERSIÓN DESCENDENTE DESDE 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • INVERSIÓN DESCENDENTE DESDE 1-PIERNA EN NIVEL EXTENDIDO • INVERSIÓN SUELTA DESDE NIVEL PREP O SUPERIOR A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • INVERSIÓN SUELTA DESDE NIVEL PREP O SUPERIOR A LIB EN NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • TIC TOC EN NIVEL EXTENDIDO (LIB - LIB) • TIC TOC DESDE NIVEL PREP A NIVEL EXTENDIDO (LIB - LIB) • SUBIDA CAMBIANDO EL PIE DESDE NIVEL DE SUELO (SWITCH UP) CON 1/2 GIRO A 1-PIERNA EN NIVEL EXTENDIDO • TIC TOC DESDE NIVEL PREP A NIVEL EXTENDIDO (LIB - POS DEL CUERPO) • HELICÓPTERO CON GIRO 	<ul style="list-style-type: none"> • TRANSICIÓN CON GIRO COMPLETO HACIA 1-PIERNA EN NIVEL EXTENDIDO • TRANSICIÓN CON 1-1/4 A 1-3/4 DE GIRO HACIA 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • TRANSICIÓN CON 1-1/4 DE GIRO HACIA LIB EN NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • TRANSICIÓN CON 1-1/2 A 2 GIROS A PRONO • TIC TOC CON 1/4 A 3/4 DE GIRO DESDE NIVEL PREP A NIVEL EXTENDIDO (1-PIERNA - 1-PIERNA) 	ASISTIDO O NO ASISTIDO: <ul style="list-style-type: none"> • WALK-IN/TOSS A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • WALK-IN/TOSS A MANOS, IMPULSO A 1-PIERNA EN NIVEL EXTENDIDO • WALK-IN/TOSS A 1-PIERNA EN NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • DOBLE GIRO DESDE 1-PIERNA A CUNA

ELEVACIONES AVANZADAS – NIVEL 6

INVERSIONES	MOVIMIENTOS SUELTOS	SUBIDAS CON GIRO	COMBINACIÓN DE ELEMENTOS	ESTILO COED	DESMONES/BAJADAS
<ul style="list-style-type: none"> • MANO A MANO DESDE NIVEL PREP SOLTADO A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • INVERSIÓN SUELTA DESDE NIVEL PREP O SUPERIOR A POS DEL CUERPO EN NIVEL EXTENDIDO • REWIND HACIA NIVEL PREP 	<ul style="list-style-type: none"> • TIC TOC EN NIVEL EXTENDIDO (LIB - POS DEL CUERPO) 	<ul style="list-style-type: none"> • TRANSICIÓN CON DOBLE GIRO HACIA 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • TRANSICIÓN CON 1-1/2 A 1-3/4 DE GIRO HACIA LIB EN NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • TIC TOC CON GIRO COMPLETO DESDE NIVEL PREP A NIVEL EXTENDIDO (1-PIERNA - LIB) • SOLTAR CON GIRO COMPLETO DESDE NIVEL DE SUELO A LIB EN NIVEL EXTENDIDO (EJ: SWITCH UP) • SOLTAR CON 1/2 GIRO DESDE NIVEL DE CINTURA A POS DEL CUERPO EN NIVEL EXTENDIDO (EJ: SUBIR AGRUPADO/BALL UP) • SUBIDA DE FLIC FLAC (BACK HANDSPRING UP) CON 1/4 DE GIRO A LIB EN NIVEL EXTENDIDO • SOLTAR CON 1-1/2 GIRO DESDE NIVEL DE SUELO A LIB EN NIVEL EXTENDIDO (EJ: SWITCH UP) 	ASISTIDO: <ul style="list-style-type: none"> • TOSS A 1-PIERNA EN NIVEL EXTENDIDO • TOSS A 1-BRAZO EN NIVEL EXTENDIDO • TOSS CON GIRO COMPLETO A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • SUBIDA DE HANDVOLT (FRONT HANDSPRING UP) CON 1/2 GIRO A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • REWIND A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • REWIND A 2-PIERNAS EN NIVEL PREP 	

ELEVACIONES ELITE – NIVEL 6

INVERSIONES	MOVIMIENTOS SUELTOS	SUBIDAS CON GIRO	COMBINACIÓN DE ELEMENTOS	ESTILO COED	DESMONES/BAJADAS
<ul style="list-style-type: none"> • MANO A MANO DESDE NIVEL PREP SOLTADO A LIB EN NIVEL EXTENDIDO • MANO A MANO EN NIVEL EXTENDIDO SOLTADO A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • REWIND HACIA NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • TIC TOC EN NIVEL EXTENDIDO (POS DEL CUERPO - POS DEL CUERPO) 	<ul style="list-style-type: none"> • TRANSICIÓN CON 1-1/2 GIRO HACIA POS DEL CUERPO EN NIVEL EXTENDIDO • TRANSICIÓN CON 1-3/4 GIRO HACIA POS DEL CUERPO EN NIVEL EXTENDIDO • TRANSICIÓN CON DOBLE GIRO HACIA 1-PIERNA EN NIVEL EXTENDIDO 	<ul style="list-style-type: none"> • SUBIDA DE FLIC FLAC (BACK HANDSPRING UP) CON 1/4 DE GIRO A POS DEL CUERPO EN NIVEL EXTENDIDO • TIC TOC CON 1/4 A 3/4 DE GIRO EN NIVEL EXTENDIDO (POS DEL CUERPO - POS DEL CUERPO) • TIC TOC CON GIRO COMPLETO EN NIVEL EXTENDIDO (1-PIERNA - LIB) • INVERSIÓN SUELTA CON 1/2 GIRO A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • SUBIDA DE HANDVOLT (FRONT HANDSPRING UP) CON 1/2 GIRO A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • SOLTAR CON GIRO COMPLETO DESDE NIVEL DE SUELO A POS DEL CUERPO EN NIVEL EXTENDIDO (EJ: SWITCH UP) • TIC TOC CON GIRO COMPLETO DESDE NIVEL PREP A NIVEL EXTENDIDO (1-PIERNA - POS DEL CUERPO) • SOLTAR CON 1-1/2 GIRO DESDE NIVEL DE SUELO A POS DEL CUERPO EN NIVEL EXTENDIDO (EJ: SWITCH UP) • SOLTAR CON GIRO COMPLETO DESDE NIVEL DE CINTURA A POS DEL CUERPO EN NIVEL EXTENDIDO (EJ: SUBIR AGRUPADO/BALL UP) 	NO ASISTIDO: <ul style="list-style-type: none"> • TOSS A 1-PIERNA EN NIVEL EXTENDIDO • TOSS A 1-BRAZO EN NIVEL EXTENDIDO • TOSS CON GIRO COMPLETO A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • SUBIDA DE HANDVOLT (FRONT HANDSPRING UP) CON 1/2 GIRO A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • REWIND A 2-PIERNAS EN NIVEL EXTENDIDO • REWIND A 2-PIERNAS EN NIVEL PREP 	<ul style="list-style-type: none"> • GIRO PATEO GIRO A CUNA • PATEO DOBLE GIRO A CUNA

BASKETS – NIVEL 6

SIN GIRO	CON GIRO
<ul style="list-style-type: none"> PIKE HITCH PATADA PIKE PATADA NIÑA BONITA PIKE SWITCH PATADA HITCH PATADA-PATADA 	<ul style="list-style-type: none"> BALL (BOLITA) DOBLE GIRO PIKE DOBLE GIRO PATADA DOBLE GIRO TOE TOUCH (RUSO) DOBLE GIRO DOUBLE UP TOE TOUCH (RUSO) HITCH PATADA DOBLE GIRO SWITCH PATADA DOBLE GIRO PATADA GIRO PATADA GIRO

GIMNASIA DE PARADO – NIVEL 6

APROPIADO	AVANZADO	ELITE
<ul style="list-style-type: none"> SALTO MORTAL (AGRUPADO) 	<ul style="list-style-type: none"> SERIES DE FLIC A GIRO SALTO – SERIES DE FLIC – GIRO FLIC - WHIP (POWER)-SERIES DE FLIC – GIRO SERIES DE FLIC - WHIP (POWER)- GIRO FLIC - WHIP (POWER)- A - GIRO 	<ul style="list-style-type: none"> FLIC – GIRO SALTO - FLIC – GIRO GIRO DE PARADO SALTO – GIRO FLIC - WHIP (POWER)- GIRO SALTO - FLIC - WHIP (POWER)- GIRO SERIES DE FLIC – DOBLE GIRO SALTO – SERIES DE FLIC – DOBLE GIRO BHS - WHIP - BHS SERIES - DOUBLE FULL BHS SERIES - WHIP - DOUBLE FULL BHS - WHIP - DOUBLE FULL JUMP - BHS/BHS SERIES - WHIP - DOUBLE FULL BHS SERIES - FULL/DOUBLE FULL - WHIP - FULL/DOUBLE FULL

GIMNASIA EN LÍNEA – NIVEL 6

APROPIADO	AVANZADO	ELITE
<ul style="list-style-type: none"> VUELTA DE CARRO – GIRO REDONDILLA – GIRO REDONDILLA - FLIC/SERIES DE FLIC – GIRO ARCO AL FRENTE - HACIA* - GIRO AERIAL LATERAL/AERIAL FRONTAL/ONODI - HACIA* - GIRO GIRO AL FRENTE 	<ul style="list-style-type: none"> MORTAL AL FRENTE STEP OUT - HACIA* - GIRO REDONDILLA – WHIP (POWER) – GIRO REDONDILLA - HACIA* – WHIP (POWER) - HACIA* - GIRO REDONDILLA – MEDIO GIRO STEP OUT - HACIA* - GIRO REDONDILLA - FLIC - GIRO - HACIA* - GIRO 	<ul style="list-style-type: none"> REDONDILLA – DOBLE GIRO REDONDILLA - HACIA* – DOBLE GIRO ARCO AL FRENTE - HACIA* – DOBLE GIRO MORTAL AL FRENTE STEP OUT - HACIA* – DOBLE GIRO REDONDILLA - HACIA* - WHIP (POWER)- HACIA* – DOBLE GIRO REDONDILLA – WHIP (POWER) – DOBLE GIRO REDONDILLA - ARABIAN - HACIA* – DOBLE GIRO REDONDILLA - HACIA* - GIRO - HACIA* - DOBLE GIRO REDONDILLA - HACIA* - 1.5 STEP OUT - HACIA* – DOBLE GIRO REDONDILLA - HACIA* – DOBLE - SERIES DE FLIC - HACIA* – DOBLE GIRO REDONDILLA - HACIA* - GIRO - HACIA* – WHIP (POWER) – DOBLE GIRO MORTAL AL FRENTE STEP OUT - REDONDILLA - HACIA* – WHIP (POWER) - HACIA* – DOBLE GIRO REDONDILLA - HACIA* – DOBLE GIRO – WHIP (POWER) – DOBLE GIRO MORTAL AL FRENTE STEP OUT - REDONDILLA - ARABIAN - REDONDILLA - HACIA* – WHIP (POWER) – DOBLE GIRO