

<p>Niveau 0</p>	<p>ND : 0</p>		<p>Course, saut vertical, réception stabilisée</p>	
<p>Niveau 1</p>	<p>ND : 1</p>		<p>Course, saut vertical, réception stabilisée puis fente ATR et tomber dos</p>	
<p>Niveau 1 bis</p>	<p>ND : 1.5</p>		<p>S1 Course, saut vertical, réception stabilisée S2 Course, appel deux pieds dans le trampoline, lune arrivée dos</p>	
<p>Niveau 2</p>	<p>ND : 2</p>		<p>S1 Course, salto avant groupé S2 Course, appel deux pieds dans le trampoline, lune arrivée dos</p>	
<p>Niveau 3</p>	<p>ND : 3.5</p>		<p>S1 Course, salto avant tendu S2 Course, appel deux pieds dans le trampoline, lune arrivée debout puis tomber ventre S3 Course, rondade (mains sur le trampoline) arrivée debout puis tomber dos</p>	