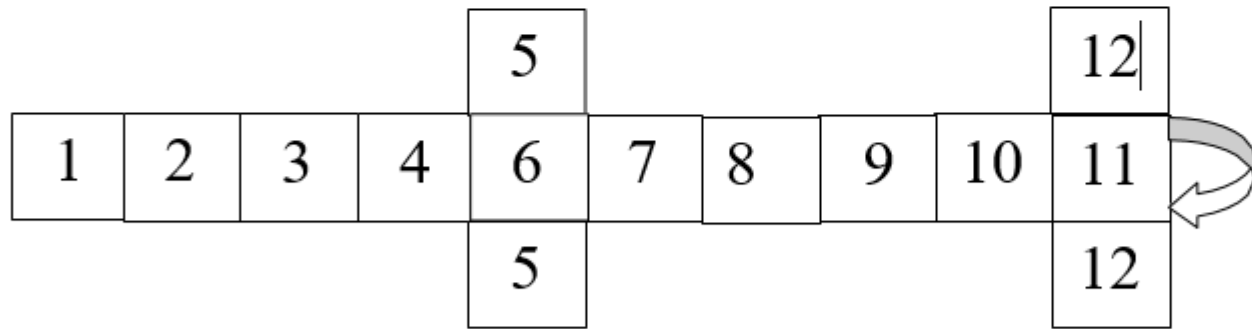


2-)RITİM=15 PUAN

Açıklama: Aday ritim sınavında başlama noktasına gelerek ayaklar bitişik hazır bekler. Harekete, verilen ses eşliğinde ritme uygun olarak birinci bölümden oluşan ilk dört kareye tek ayak sekme adımıyla basar. Dördüncü karede sıçrayıp ikinci bölümdeki beşinci karelerden sağ taraftaki kareye sağ ayağını, sol taraftaki kareye sol ayağını aynı anda açık bacak basar. Buradan sıçrayıp 6. Kareye ayaklar birleşik çift ayak basar. Üçüncü bölümde ayaklar birleşik 7, 8, 9,10 ve 11. Karelere sıçrayıp çift ayak basarak geçer. Dördüncü bölümde 12. karelerden sağ taraftaki kareye sağ ayağını, sol taraftaki kareye sol ayağı gelecek şekilde sıçrayıp aynı anda açık bacak basar. Ardından 180 derece dönerek çift ayak 12. karelerden sağ taraftaki kareye sağ ayağını, sol taraftaki kareye sol ayağı gelecek şekilde sıçrayarak açık bacak basar. Buradan çift ayak sıçrayarak 11. Kareye buradan 10.- 9. - 8 .-7.ve 6. karelere çift ayak basarak geçer. Buradan 5. karelerden sağ taraftaki kareye sağ ayağını, sol taraftaki kareye sol ayağını aynı anda açık bacak basar. Buradan sıçrayarak 4 – 3 – 2 – 1. karelere tek ayak sekme adımı ile basarak ritim sınavı parkurunu tamamlar.

Ritim sınavında hareket sesle uyumlu ve başlangıçtan bitime kadar kesintisiz akıcı olmalıdır



Birinci Bölge

İkinci Bölge

Üçüncü Bölge

Dördüncü Bölge