

SCHAAL OM HOOGTE VAN DE UIT TE VOEREN FIGUUR TE BEOORDELEN



	Waterniveau voor:	Excellent/bijna perfect 9.5	Zeer goed 8.5	Goed 7.5	Vrij goed 6.5	Voldoende 5.5	Onvoldoende 4.5	Zwak 3.5
Stabiele hoogte	Dubbel verticaal	Boven dijbeen	Boven midden dijbeen	Onderkant tot midden dijbeen	Boven de knie	Op de knie	Onder de knie	Ruim onder de knie (midden scheenbeen)
	Verticaal gebogen knie	Heupen zichtbaar	Bij kruis	Boven dijbeen	Midden dijbeen	Onderkant dijbeen (ruim boven knie)	Op de knie	Onder de knie
	Zwaluwstaart-houding	Achterkant horizontale been droog	Bij kruis	Boven dijbeen	Midden dijbeen	Onderkant dijbeen (ruim boven knie)	Op de knie	Onder de knie
	Balletbeen enkel	Bovenaan dijbeen	Boven dijbeen	Midden dijbeen	Onderkant dijbeen (ruim boven knie)	Boven de knie	Op de knie	Onder de knie
	Balletbeen dubbel	Midden dijbeen	Onderkant dijbeen	Boven de knie	Op de knie	Onder de knie	Ruim onder de knie (midden scheenbeen)	Lage tot midden scheenbeen
	Eggbeater kick dubbel arm	Midden borst	Oksels droog	Boven borst	Sleutelbeen zichtbaar	Schouders zichtbaar	Midden nek	Op de kin
	Eggbeater kick Enkel arm	Borst boven water	Midden borst	Oksel droog	Boven borst	Sleutelbeen zichtbaar	Schouder zichtbaar	Midden nek
Dynamische hoogte	Thrust 2 benen	Onderste ribben of hoger	Middel	Bovenkant bekken	Kruis zichtbaar	Boven dijbeen	Midden dijbeen	Boven de knie
	Thrust 1 been	Midden ribben	Onderste ribben	Middel	Bovenkant bekken	Kruis zichtbaar	Boven dijbeen	Midden dijbeen
	Rocket split, airborne split	Onderste ribben of hoger	Middel	Bovenkant bekken	Kruis zichtbaar	Boven dijbeen	Midden dijbeen	Boven de knie
	Boost, hoofd op	Bij kruis of hoger	Midden bekken	Bovenkant bekken	Middel	Onderste ribben	Oksel	Schouder zichtbaar