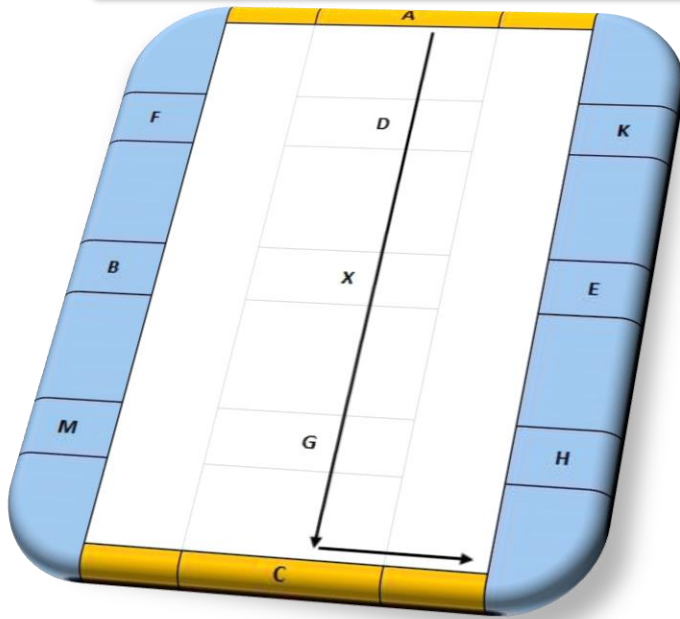
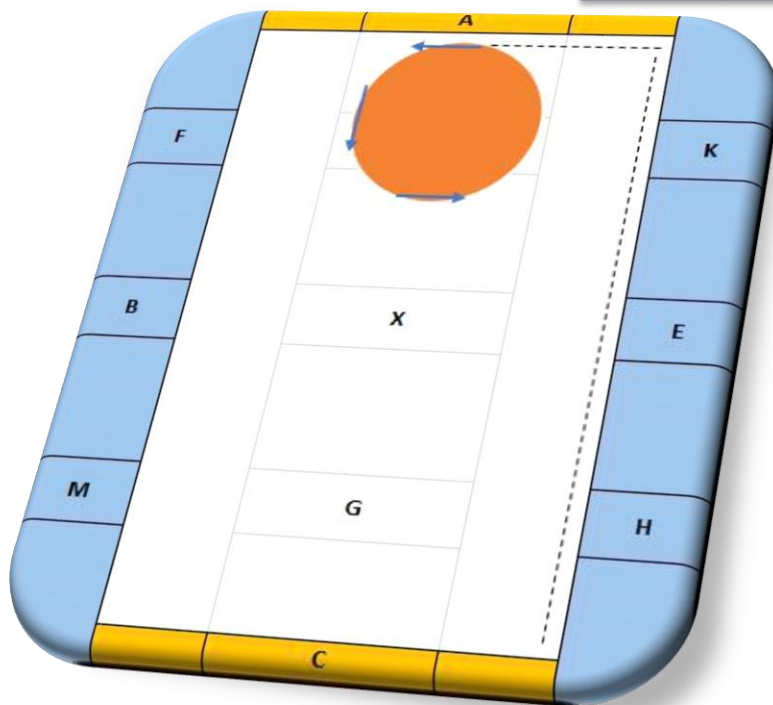


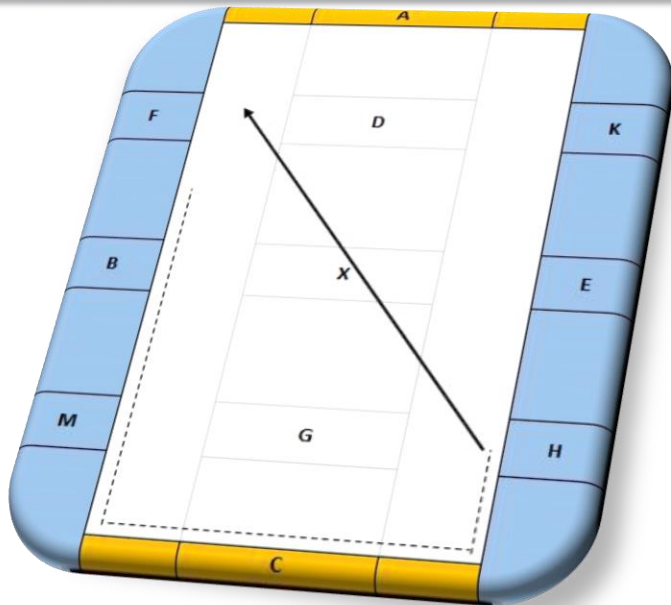
1- ورود با یورتمه کار، X ادامه در خط مستقیم، C گردش به چپ، حرکت در خط حصار



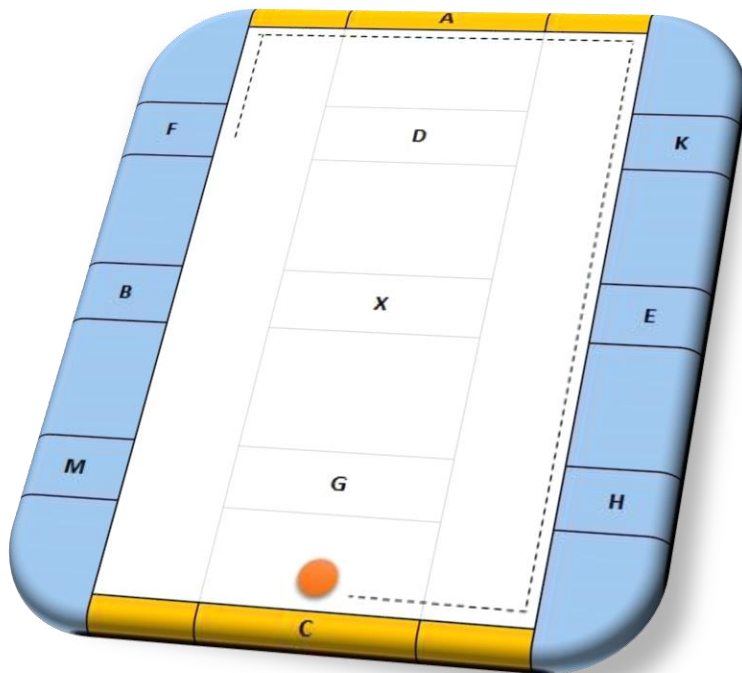
2- A دایره با قطر 20 متر بدست چپ



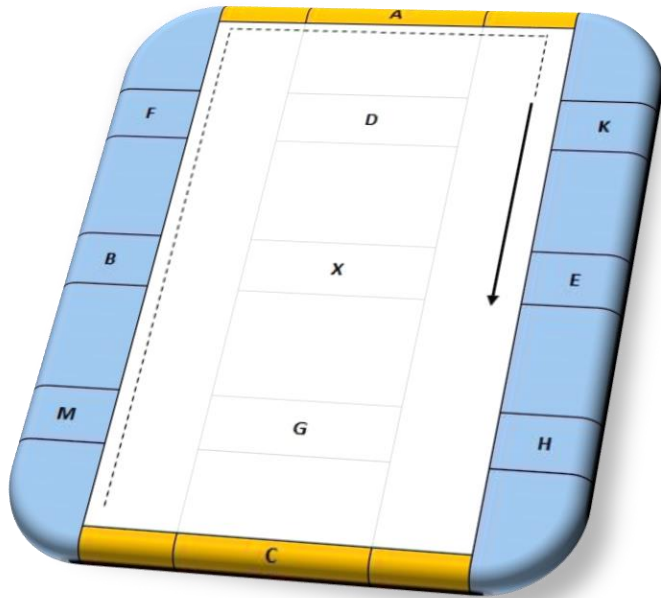
3- H-X-F از گوشه رو جهت تعویض دست، X تبدیل حرکت به قدم متوسط، F ادامه حرکت با قدم متوسط



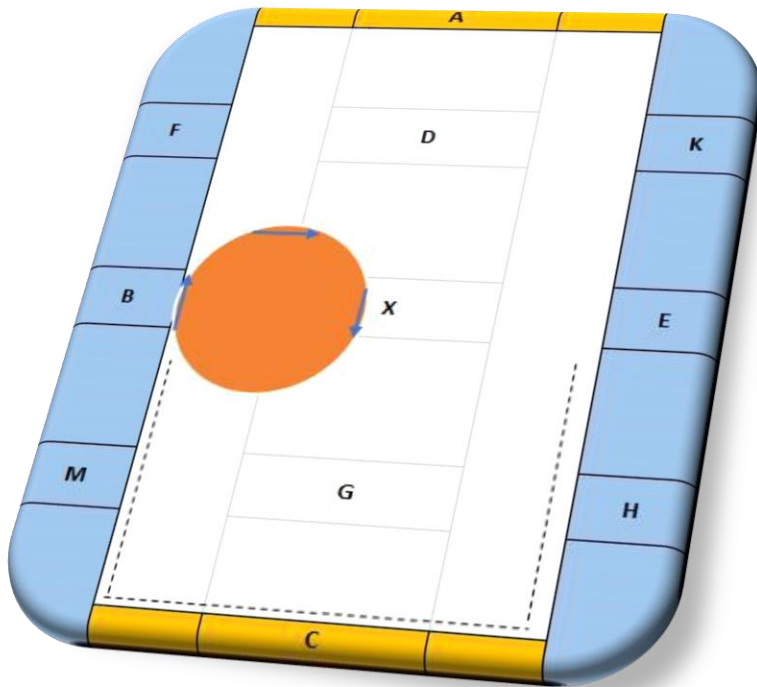
4- C ایست بدون حرکت 4 ثانیه، ادامه حرکت با قدم متوسط



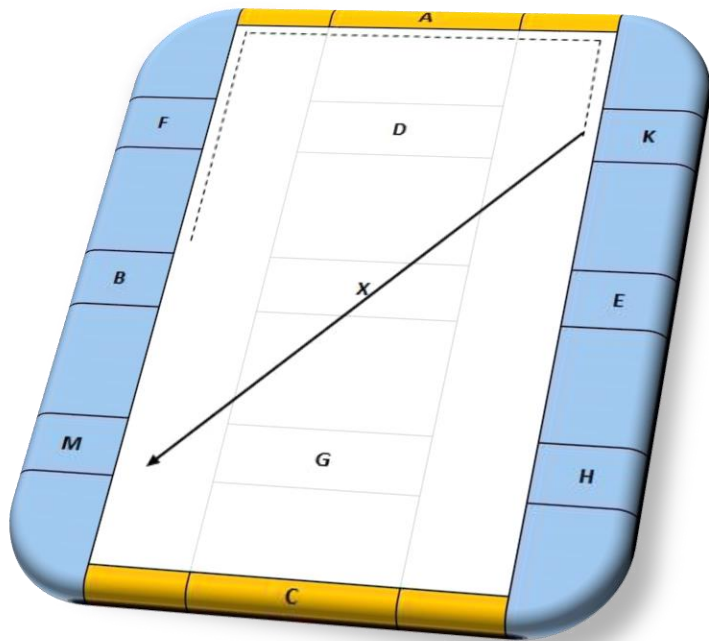
5- یورتمه کار بین K و E



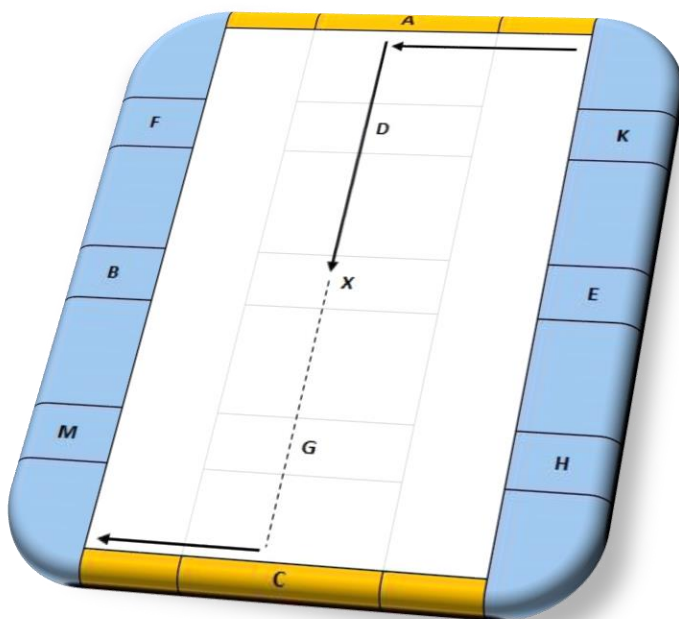
6- B دایره به قطر 20 متر به دست راست



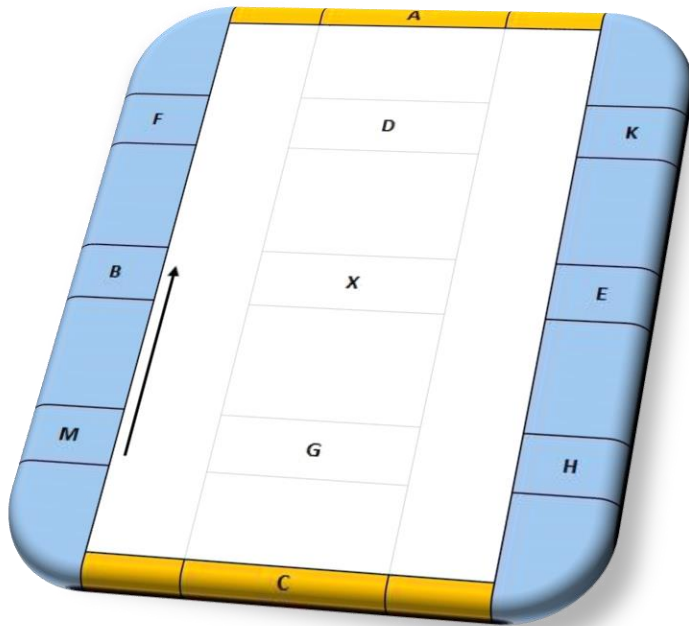
7- K-X-M از گوشه رو به جهت تعویض دست با تبدیل گام به یورتمه متوسط



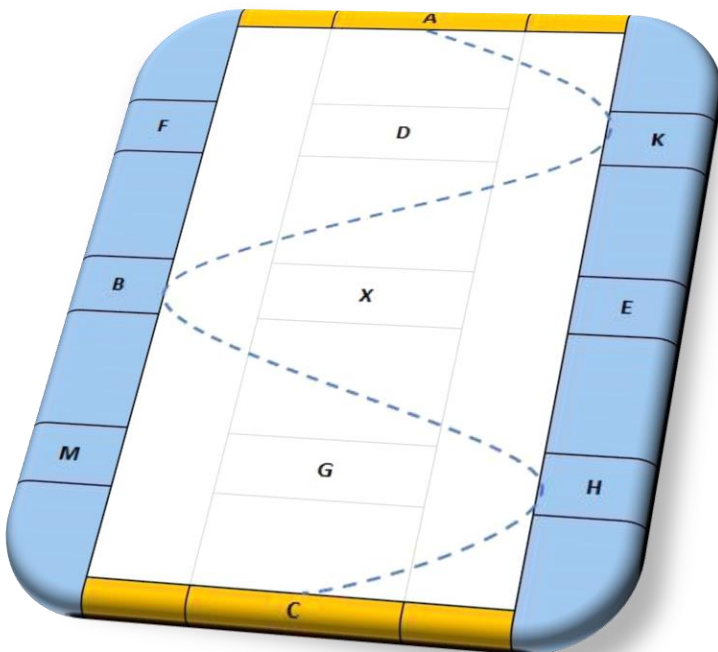
8- A گردش به چپ
X تبدیل گام به قدم متوسط
C گردش به راست ، ادامه حرکت در خط حصار



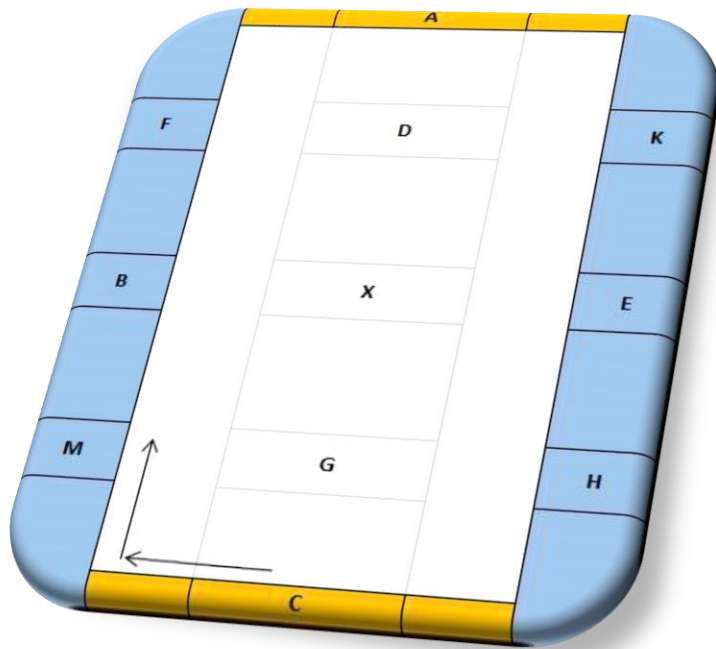
9- بین M و B یورتمه کار



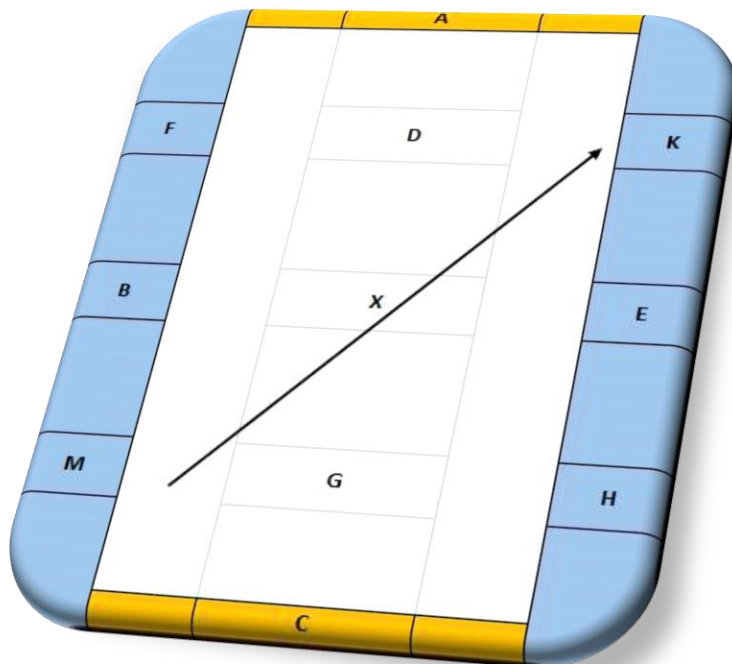
10-A اجرا 3 حرکت ماریج



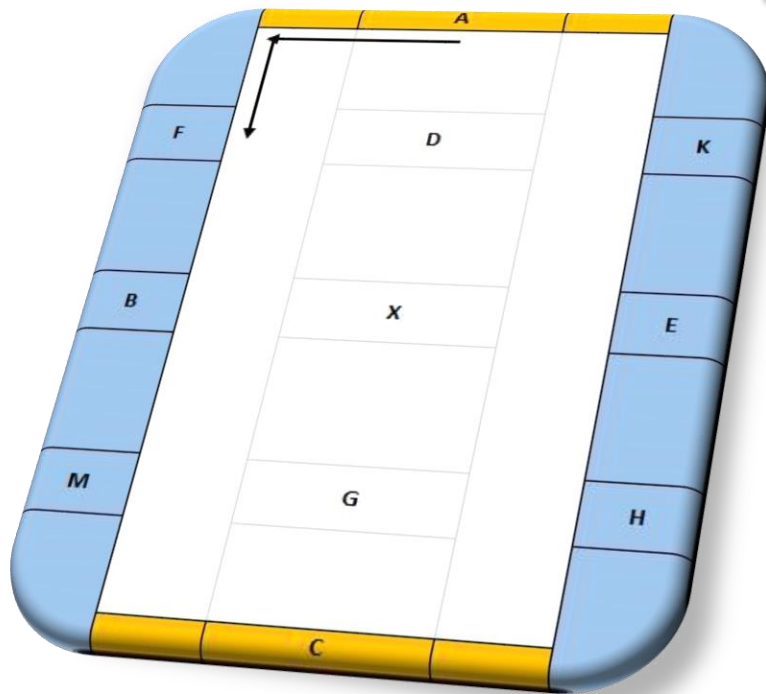
11- بین C و M قدم متوسط



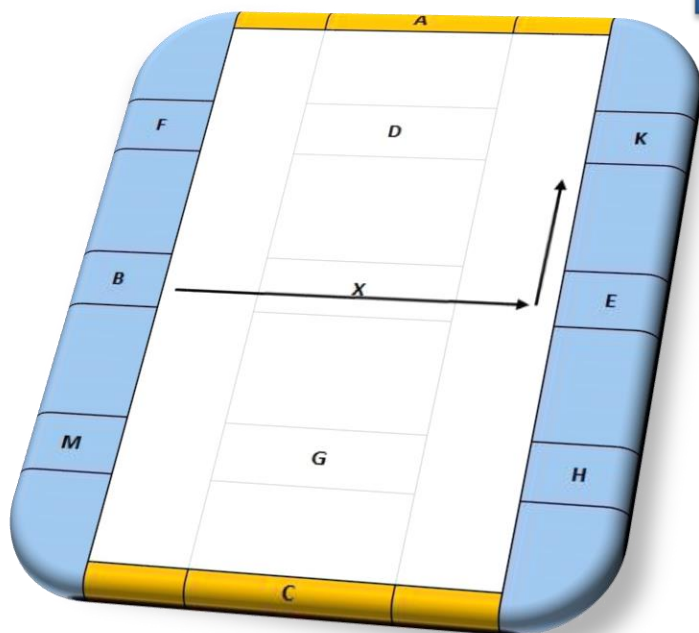
12-M-X-K از گوشه رو جهت تعویض دست، با دست جلوی آزاد بمنظور کشش در عضلات گردن، K سپس جمع کردن و تنظیم دستجلو



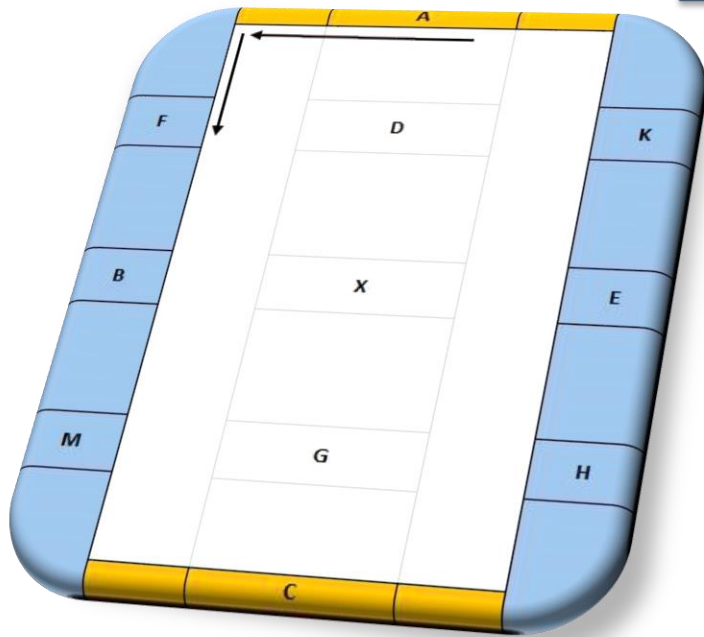
13- بین A و F یورتمه کار



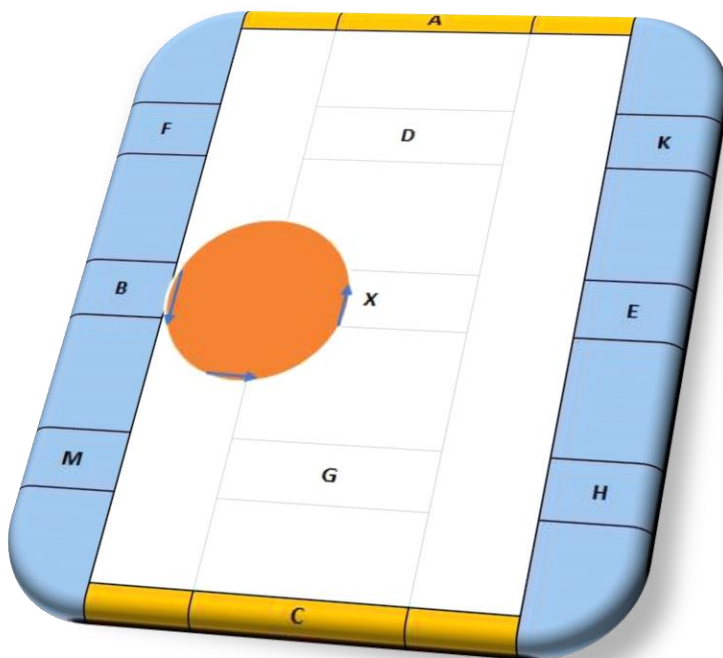
14- B گردش به چپ، E بدست چپ



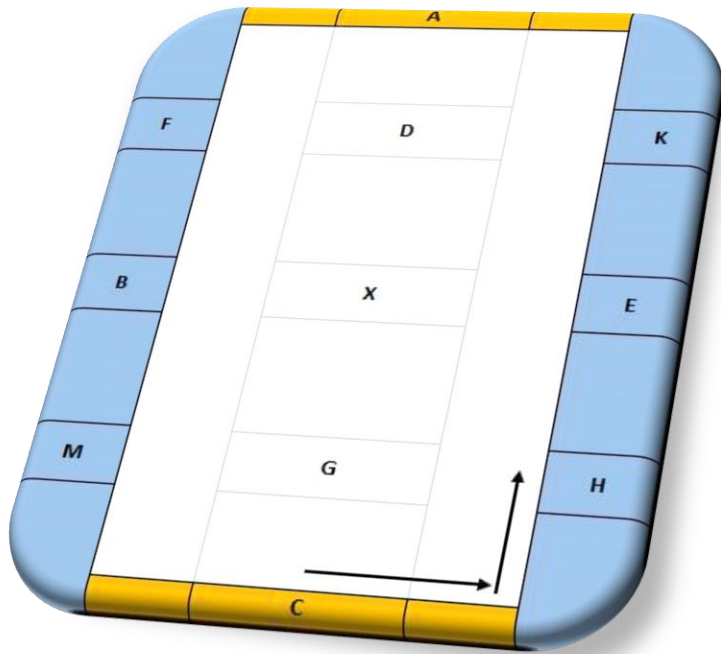
15- بین A و F چهارنعل کار بدست چپ



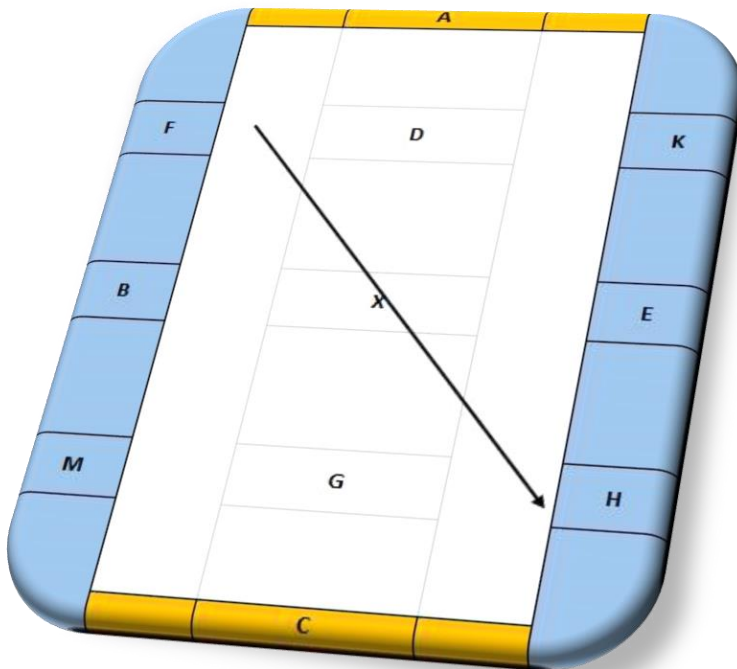
16- B دایره به قطر 20 متر به چپ، همراه با چند جهش در چهارنعل متوسط



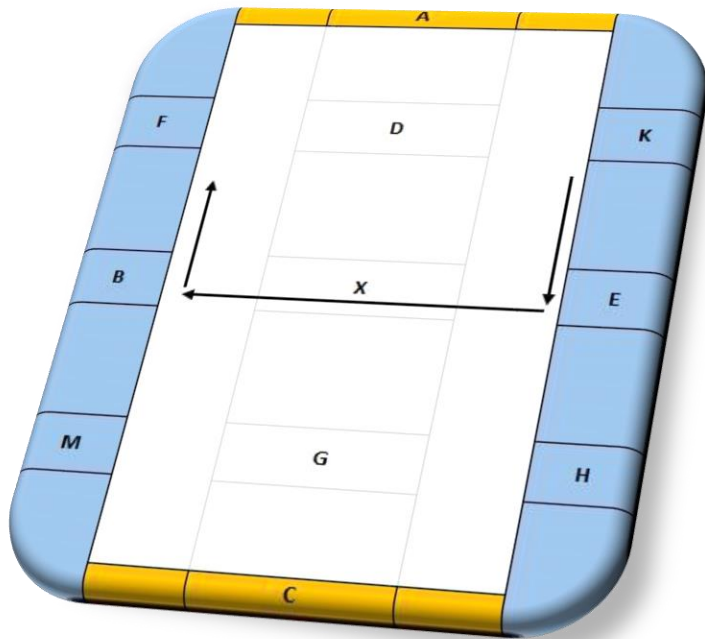
17- بین C و H یورتمه کار



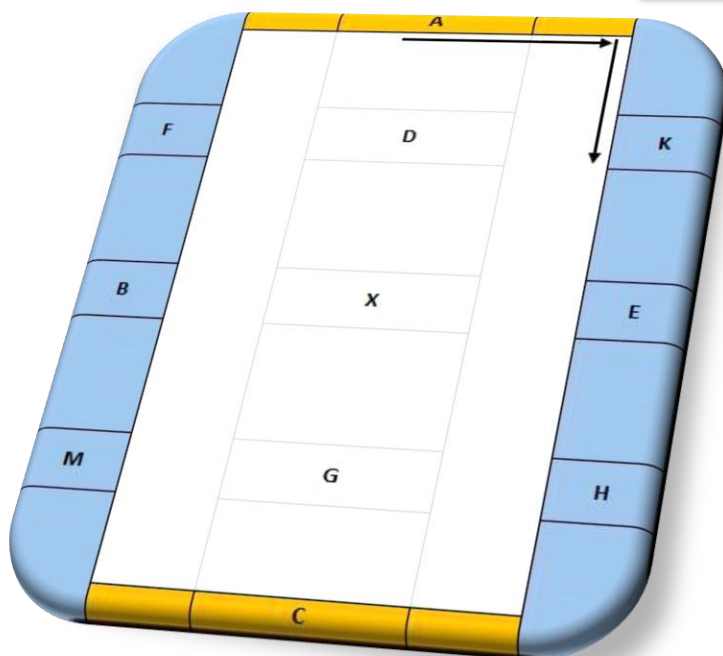
18- F-X-H از گوشه رو به جهت تعویض دست با گام یورتمه متوسط، سپس یورتمه کار



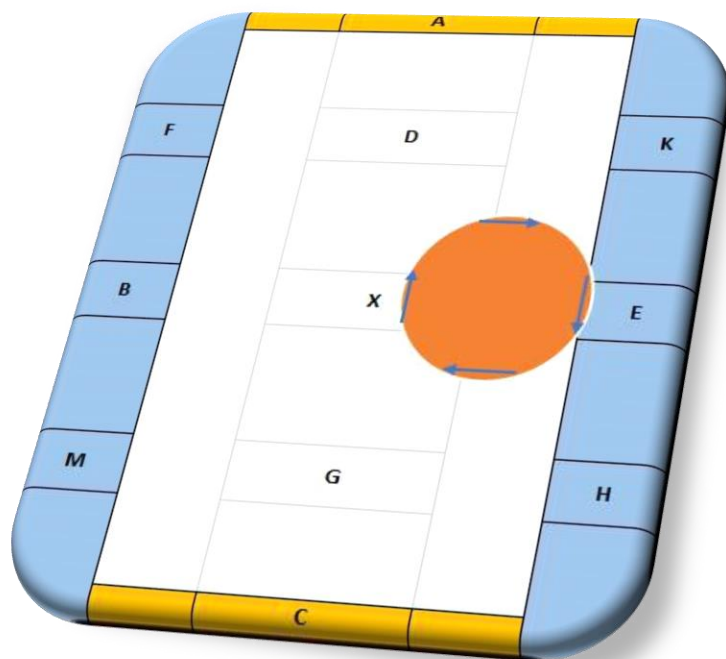
E-19 گردش به راست
B بدست راست



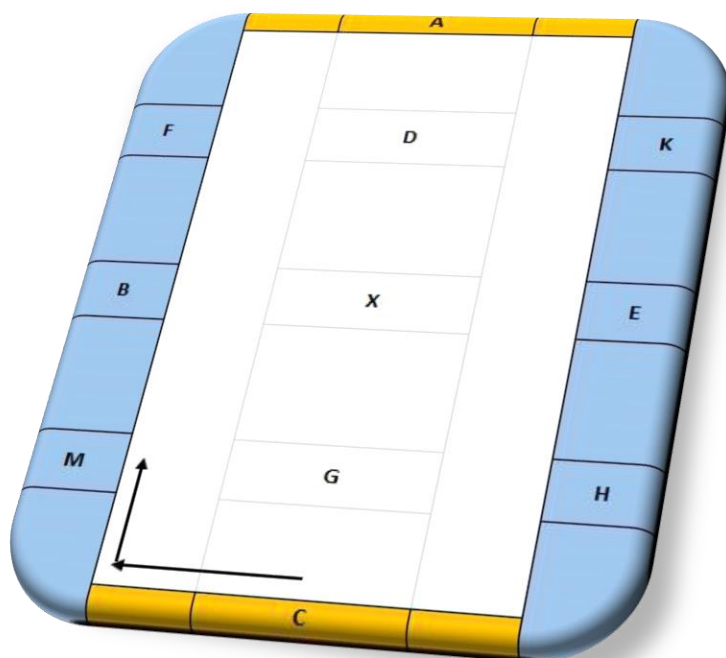
20- بین A و K چهارنعل کار بدست راست



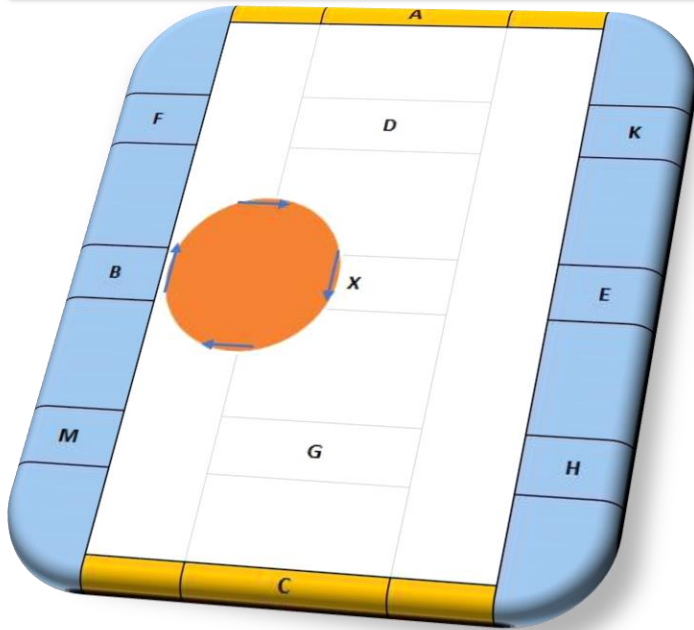
21- دایره به قطر 20 متر به راست، به همراه چند جهش با چهارنعل متوسط



22- بین C و M یورتمه کار



23- B دایره با قطر بزرگ، با دست جلوی آزاد بمنظور کشش در عضلات گردن سپس جمع کردن و تنظیم دستجلو



24- A گردش، X مکث کوتاه 4 ثانیه، احترام به داور، سپس حرکت به سمت جلو با گام آزاد، C به سمت راست پیش رفتن و ترک میدان در نقطه A

