

Friflygning Rookieklass (FF-Rookie)

Obligatoriska rörelser runda 2

FF-R-1

Synchronized Frontloops (Synkroniserade framåtvolt)

- Båda utövarna är i Head Up position, sida vid sida, på samma nivå.
- Utövarna gör varsin synkroniserad framåtvolt och avslutar i ursprunglig position, på samma nivå, med ansiktena mot kameran.
- Utövarna får INTE ha några grepp under hela rörelsen.
- Kamera-flygaren måste filma utövarna rakt framifrån och behålla samma nivå som dem under hela rörelsen.

FF-R-2

Sit Grip Turns (Sitt med grepp och svängar)

- Utövarna är i Head Up position mittemot varandra, på samma nivå.
- Utövarna tar ett enhands-handgrepp (höger hand till vänster hand eller tvärtom).
- Utövarna släpper greppet och gör varsin 360 graders sväng. De skall hålla samma nivå och vara på samma avstånd från varandra under svängen. Svängen kan göras åt valfritt håll.
- Efter svängen tar utövarna ett nytt grepp. Greppet skall vara motsatt det som togs före sväng. Dvs. Båda hopparna skall ha tagit grepp med både höger och vänster hand.
- Kameraflygaren skall vara på sidan när rörelsen startar och stanna på samma plats under hela sekvensen. Kameraflygaren skall hålla samma nivå som utförarna och vara på samma avstånd från dem under hela rörelsen.

FF-R-3

Head Up Carve

- Utövarna är i Head Up position mittemot varandra, på samma nivå.
- Utövarna utför en 360 graders carve runt en tänkt punkt mitt emellan utövarna.
- Utövarna avslutar carven på ursprunglig plats.
- Utövarna skall vara på nivå och ha samma avstånd mellan sig under hela rörelsen.
- Kameraflygaren skall filma från sidan och stanna på samma position under hela rörelsen och vara på samma nivå som utövarna.

Obligatoriska rörelser runda 5

FF-R-4

Star Barrel Roll (Greppad horisontell roll)

- Båda utövarna har magen mot marken (magläge) mittemot varandra.
- Utövarna tar ett tvåhandsgrepp (höger hand i den andres vänstra hand och samtidigt vänster hand i den andres högra hand).
- Båda utövarna gör en synkroniserad full roll med båda handgreppen kvar under hela rörelsen.
- Rollen görs längs samma horisontella axel. Utövarna ska behålla samma heading och nivå genom hela rörelsen.
- Rollen kan göras åt valfritt håll.

- Kameraflygaren skall vara i linje med utövarnas horisontella axel och filma dem från sidan. Kameraflygaren skall hålla samma nivå och bibehålla samma avstånd från utövarna under hela rörelsen.

FF-R-5

Tracking Angle Sequence (Trackflygning på mage)

OBS! Laget får inte börja hoppet med den här rörelsen!

- Båda utövarna skall flyga med magen neråt, sida vid sida, i en layout-position (ingen böjning i midjan, raka ben och ingen böjning i höften).
- Utövarna skall ha ett enhands-handgrepp (höger hand till vänster hand eller tvärtom).
- Utövarna flyger framåt i en lätt nedåtgående riktning.
- Utövarna skall tracka i en rak riktning (90 grader från "line of flight") på samma nivå och handgreppet skall hållas genom hela rörelsen.
- Tracken skall flygas i minst 3 sekunder och max 5 sekunder
- Kameraflygaren skall filma från valfri position, men så att handgreppet syns tydligt under hela rörelsen.
- Kameraflygaren måste filma utövarna under hela rörelsen och skall vara på samma nivå och avstånd från dem under hela rörelsen.

FF-R-6

Head-Up Full Eagle (Framåtflygning över och under varandra)

- Utövarna är i en Head Up position mittemot varandra, på samma nivå.
- Ena utövaren flyger framåt över den andra som samtidigt flyger framåt under den övre.
- När utövarna passerar varandra vänder de samtidigt 180 grader så att de åter sitter mittemot varandra.
- Utövarna upprepar samma framåtflygning men den som tidigare flög över den andra skall nu flyga under och vice versa.
- Utövarna vänder 180 grader igen när de passerar varandra och avslutar rörelsen på sin ursprungliga position.
- Framåtflygningen skall ske kontrollerat och simultant.
- Kameraflygaren skall filma hela rörelsen från sidan, stanna på samma plats, på nivå, och med samma avstånd från utövarna hela tiden.