

ROULERS N2 (page 2)		FONDAMENTAUX		BASIQUES			A		B			C									
		2		3		3,5		4		4,5		5,5		6		7		7,5			
HORIZONTAL	MAINS									HHVZB	Fish endroit H					HHVZC	Fish envers H				
	BRAS			HASZB	1/2 intérieur bras H					HASZC	Intérieur bras H										
	COUDES	CH6	Frontal sur autre bras H	CHZ	Frontal sur même bras H					CH1	Coude coude en tournant H	CHZ	Coude coude en tournant H 2+				CH3	Coliaux H			
	EPAULES									HMSZB	Rouler sur épaule			BH1	Rouler des épaules H						
	COU	NH13	Bloqué cou D ou G			HMSZB	Bloqué cou enchainés			HMSZC	Educatif libre cou					NH4	Bloqué Rouler autour du cou	HMSZC	Libre cou 1-2-3		
	NUQUE				NH2	Bloqué nuque D ou G	HMS1	Bloqué nuque enchainés DG ou GD	N2	Neck Roll 1-2-3			N3	Neck Roll 1-2-3-4 (entier)	N4	Neck Roll enchainé 4 + bloqué x2	HMSZB	Neckroll (entier) enchainé entier 2+			
													NH40	NC descente au sol			NH41	NC passage au sol jambes tendues			
					HMSZAL	1/2 Carry (éducatif)			HMSZB	Carry 1T					HMSZB	Neck Roll envers 1-2-3	HMSZB	Neck Roll envers 1-2-3-4 (entier)	HMSZC	Neck Roll envers (entier) + bloqué x2	
	BROWN																N6	Brown 2+			
	SINGER								HMSZB	Educatif singer											
	HOLLIE																	N20	Hollie H	HNP	Hollie H en tournant
	EJECTION																				
						HPOZC	Ejection H			AH1	Ejections H même bras 2+					HPOZD	Ejections H même bras 4+	HPOZD	Ejections H GDG		