

# TABELLA MATERIALE DI CONTATTO

SERIE	C2		C1	B	A2	
VALORE	1	2	4	6	8	
<b>A MANO PIENA VERT/ORIZ</b>	MOV FRONT PRETZEL FIG 8 /RUOTE		USATI PER COLLEGAMENTI		→	
<b>DITA VERT/ORIZ</b>	2-3 DITA 10 DITA		USATI PER COLLEGAMENTI		→	
<b>FLIP VERTICALI</b>	DIR/ ROV RIP STANDARD E RIGIRATA	DIR/ROV RIP SCHIENA- FLASH BACK- AFFONDO- SOTTO GAMBA	D/R RIP INTERNA IN ILLUSION / RUOTA / ROVESCIAITA		FLIP OROLOGIO	
		D/R RIP NUCA (3° GRADO)	DIR (NV) RIP DIR STESSA MANO SU SPALLA OPPOSTA (NV)	DIR (NV) RIP DIR STESSA MANO SU SPALLA OPPOSTA (NV) + 1/2 FIG DIR + EJECTION ROV FRONTALE RIPSTESSA MANO CIECA	DIR (NV) + EJECTION STESSA MANO SULL'ALTRA SPALLA + RIP L'ALTRA MANO SX IN SCHIACCIATA SU SPALLA DX*	
		DIR LATERALE RIP L'ALTRA MANO LATERALE (FATTORE DI RIORDINAMENTO 1/2 GIRO)	FLIP <b>SM</b> SOLO ANDATA		FLIP <b>SM</b> ANDATA + RITORNO	FLIP <b>SM</b> SOLO ANDATA + 1G
				FLIP <b>SM</b> SOLO ANDATA RIP L'ALTRA MANO IN SCHIACCIATA SULLA SPALLA*		
				FLIP <b>SD</b> (NV)		FLIP <b>SD</b> (NV)+ 1G
			FLIP VITA (4° GRADO) RIP RIGIRATA	FLIP <b>SEISHI</b>		D/R DX-SX + 1G E 1/2 + RIP SCHIENA / NUCA
			FLIP APERTO CON VISTA ALL'INIZIO O ALLA FINE		FLIP APERTO (NV)	

# TABELLA MATERIALE DI CONTATTO

SERIE	C2		C1	B	A2
VALORE	1	2	4	6	8
<b>WRAP VERTICALI</b>			W SPALLA- MANO RIG	W SPALLA+ CIRCONDUZIONE BRACCIO	W SPALLA + CIRCONDUZIONE BRACCIO+ LASCIATA+ ILLUSION
		W COLLO	W COLLO RIP STESSA MANO RIG SOTTO MENTO	W COLLO DX+1/2 G A DX + RIP DX RIG (LO STESSO PER LA MANO SX)	
		W SOTTO BRACCIO O SOTTO GAMBA RIP STESSA MANO RIG	W COLLO + EJECTION L'ALTRA MANO RIP LIBERA	W COLLO + EJECTION L'ALTRA MANO + 1/2 GIRO + RIP LIBERA	
			W COLLO DX RIP IN APERTURA LATERALE SX	W COLLO DX-SX D/R CON ALMENO 1 ROTAZIONE IN VOLO	W COLLO DX-SX D/R CON FASE DI VOLO + 1/2 GIRO RIP NUCA
		W SOTTO SPALLA RIP STANDARD	W SOTTO SPALLA RIP NUCA / INT IN AFFONDO	W SOTTO SPALLA + EJECT + RIP NUCA /INT AFFONDO- ILLUSION-ROVESCIAITA	W COLLO + 1 ROTAZIONE IN VOLO + RIP L'ALTRA MANO SCHIACCIATA W SOTTO SPALLA + EJECT + 1 G + RIP NUCA /INT AFFONDO- ILLUSION-ROVESCIAITA
			W SOTTO SPALLA+ EJECTION L'ALTRA MANO	W SOTTO SPALLA + EJECT + 1G RIP STANDARD	
				W SOTTO SPALLA + 1 GIRO RIP STANDARD	W SOTTO SPALLA RIP SD
<b>LASCIATE VERTICALI</b>			L DA POMELLO DX/SX DIETRO LA SCHIENA RIP L'ALTRA MANO RIG		
		LASCIATA/EJECT DIR LATERALE RIP ST	LASCIATA /EJECT DIR DIETRO SPALLA/NUCA RIP L'ALTRA MANO RIG SCHIENA		LASCIATA /EJECT ROV DIETRO SPALLA/NUCA RIP L'ALTRA MANO RIG SOTTO GRAN BATTEMENT
			L CON AVVOLGIMENTO DEL BRACCIO DX SX RIP L'ALTRA MANO DIR (FRANCIA)		
				LASCIATA SHUICHI + 1/2 GIRO + RIP ST	L SHUICHI + RIP CIECA L'ALTRA MANO (NV) BRACCIO TESO O FLESSO
		RICCIOLO INT ROV + STOP+ CAMBIO DIR+ LASCIATA POMELLO RIP STESSA MANO	RICCIOLO INT ROV + STOP + CAMBIO DIR + LASCIATA POMELLO + RIP SCHIACCIATA (LATERALE/FRONTALE)	RICCIOLO INT ROV + STOP + CAMBIO DIR + LASCIATA POMELLO + 1/2 GIRO + RIP STESSA MANO SOTTO BRACCIO	RICCIOLO INT ROV + STOP + CAMBIO DIR + LASCIATA POMELLO + 1G 1/2 + RIP STESSA MANO SOTTO BRACCIO

# TABELLA MATERIALE DI CONTATTO

SERIE	C2		C1	B	A2
VALORE	1	2	4	6	8
<b>FLIP ORIZZONTALI</b>		D/R MANO DX-SX	D/R DX/SX (NO POLLICE) FRONTALE RIP DX-SX	D/R DX/SX FRONTALI CON PASSAGGI SOTTO ROND DE JAMBE	ROV FRONT + 1/2 G RIP DIETRO L'ALTRA MANO RIG
			DIR / ROV + 1/2 G RIP SCHIENA	DIR + 1/2 G RIP L'ALTRA MANO RIG (GIULIA BONACASA)	
				DIR/ROV SOPRA LA TESTA + EJECTION L'ALTRA MANO RIP LIBERA	DIR/ROV SOPRA LA TESTA + POP ORIZZ GOM
			MOV LIBERO (DIETRO LA SCHIENA) RIP L'ALTRA MANO RIG		MOV LIBERO DA SPALLA RIP STESSA MANO SU SPALLA IN SCHIACCIATA
					MOV LIBERO RIP L'ALTRA MANO RIG SOTTO GRAN BATTEMENT
			D/R DX-SX RIP NUCA	DIR /ROV SOPRA LA TESTA CON PASSAGGIO DIETRO RIP SCHIENA RIG (NV)	DIR /ROV SOPRA LA TESTA CON PASSAGGIO DIETRO RIP SCHIENA RIG (NV) IN ROVESCIATA O ILLUSION
				<b>FLIP SCOTTI</b> :ROV SX DA SPALLA DX + 1/2 G A DX+ RIP DX NUCA SU SPALLA SX (ANCHE L'ALTRA MANO)	
					DIR SU SPALLA OPPOSTA RIPL'ALTRA MANO IN SCHIACCIATA
					D/R + 1 G + RIP SCHIENA (OBBL N°15)
				LANCIO/FLIP OR DX SX RIP IN AFFONDO	LANCIO <b>MN</b> RIP LIBERA

# TABELLA MATERIALE DI CONTATTO

SERIE	C2		C1	B	A2
VALORE	1	2	4	6	8
<b>WRAP ORIZZONTALI</b>		W COLLO 2° GRADO DX-SX	W RIP RIG AL COLLO, ALLA VITA ALLE GINOCCHIA.	W COLLO+ EJECT NUCA L'ALTRA MANO + RIP STANDARD	W COLLO + EJECT NUCA L'ALTRA MANO + RIP FLIP SCOTTI
		W DA DIETRO LA SCHIENA CON PASSAGGIO SULL'ALTRO BRACCIO	W DA DIETRO LA SCHIENA RIP L'ALTRA MANO IN SCHIACCIATA	W COLLO RIP L'ALTRA MANO IN SCHIACCIATA	W COLLO RIP STESSA MANO IN SCHIACCIATA
			W COLLO SX DA DIETRO LA TESTA RIP DX SU FIANCO SX (ANCHE DALL'ALTRA PARTE)		W COLLO SX DA DIETRO LA TESTA + 1/2 G + RIP DX SCHIENA RIG
			W DA SOTTO SPALLA DX + 1/2 G DX RIP DX NUCA (ANCHE DALL'ALTRA PARTE)		
<b>LASCIATE ORIZZONTALI</b>		L DA POMELLO O RICAMO FRONTALE + 1/2 ROTAZIONE RIP STESSA MANO	RICCIOLO VERT + CAMBIO DIR + L DA POMELLO 1/2 GIRO RIP LIBERA		L FRONT DX+ 1/2 GIRO A DX RIP DX (CHIARA)
		L DA POMELLO ROV 1/2 ROTAZIONE DEL BASTONE RIPL'ALTRA MANO RIG		L DA POMELLO MANO SX - DX ROV DIETRO (NV) + RIP L'ALTRA MANO SCHIENA	L DA POMELLO MANO SX -DX ROV DIETRO (NV) + RIP L'ALTRA MANO RIG (NV)
			L DA POMELLO MANO SX ROV RIP DX RIG	L DA POMELLO ROV SOPRA LA TESTA RIP L'ALTRA MANO RIG	L DA POMELLO ROV SOPRA LA TESTA RIP L'ALTRA MANO RIG INTERNA IN GRAN BATTEMENT

## LEGENDA

<b>DX</b>	DESTRA	<b>W</b>	WRAP
<b>SX</b>	SINISTRA	<b>L</b>	LASCIATA
<b>D</b>	DIRITTO	<b>G</b>	GIRO
<b>R</b>	ROVESCIO	<b>RIP</b>	RIPRESA
<b>D/R</b>	DIRITTO/ ROVESCIO	<b>RIG</b>	RIGIRATA
<b>NV</b>	NON A VISTA		
<b>SM</b>	<b>SIMONA MANCINI:</b> DX SOTTO BRACCIO SX RIP SX SOTTO BRACCIO DX (NV). IL BASTONE PASSA DIETRO LA SCHIENA		
<b>*</b>	SCHIACCIATA VERSO L'ALTO (COME DUO GIULIA-DANIELE)		
<b>SD</b>	<b>SEBASTIEN DUBOIS:</b> FLIP LATERALE CON CIRCONDUZIONE BRACCIO RIP L'ALTRA MANO IN SCHIACCIATA (NV)		
<b>SEISHI</b>	DA SPALLA A SPALLA A ROVESCIO DIETRO LA SCHIENA (NV)		
<b>APERTO</b>	DIR/ROV CON PARTENZA E ARRIVO A BRACCIA APERTE		
<b>WRAP</b>	CON AVVOLGIMENTO DEL BRACCIO LAVORANTE INTORNO AD UNA PARTE DEL CORPO		
<b>LASCIATA</b>	SENZA AVVOLGIMENTO		
<b>MN</b>	<b>MARK NASH</b> ORIZZONTALE DA AFFONDO		