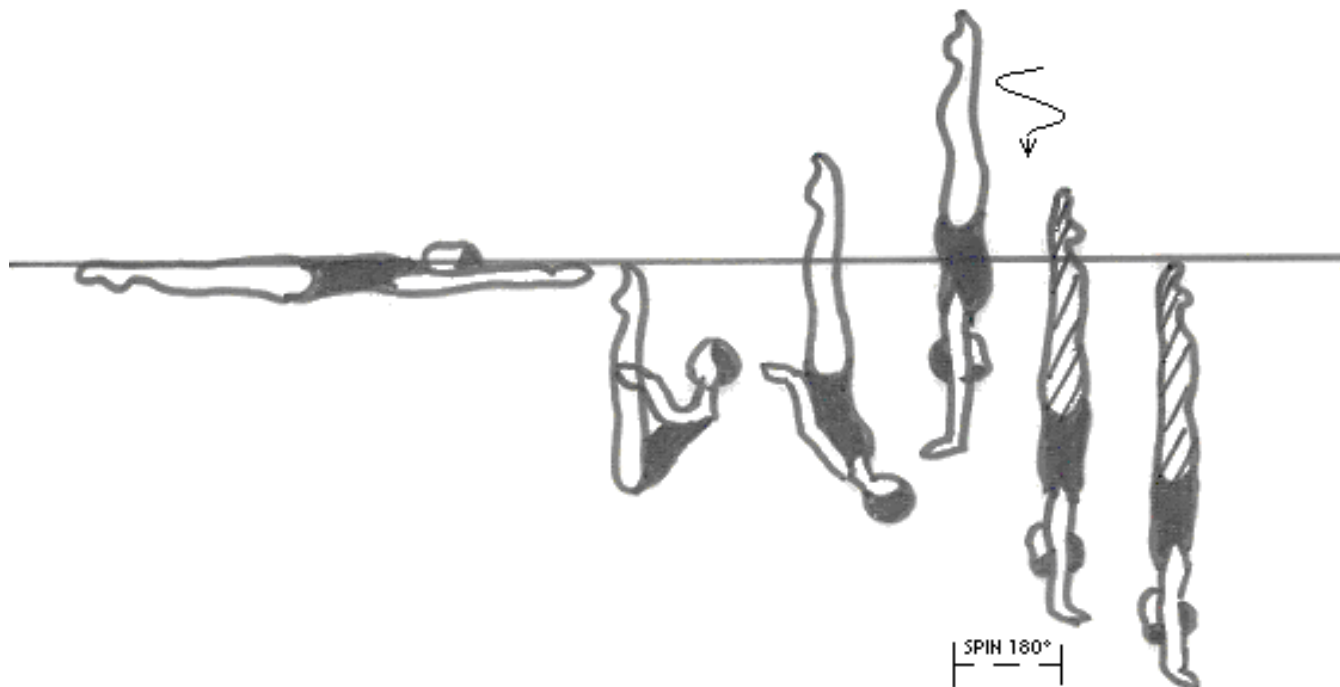


### 3. LOSOVANÁ SKUPINA

#### 301 d BARRACUDA SPINNING 180° 2,1

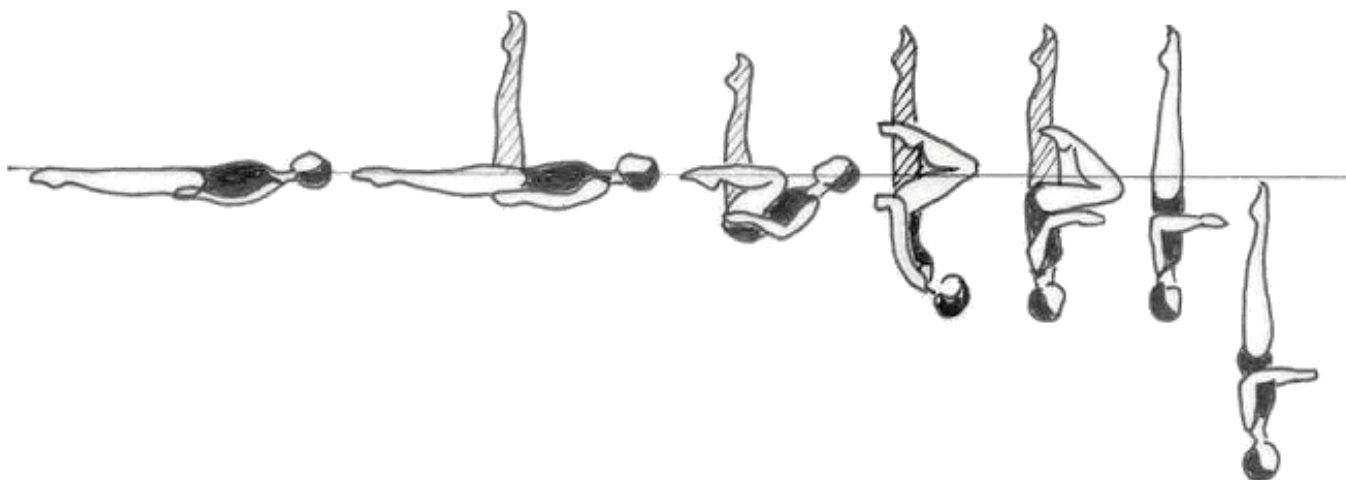
Z polohy na znaku jsou nohy přednožovány do svislé osy a trup je ponořován do **Back Pike Position** tak, že špičky jsou těsně pod hladinou. Rychlým svislým pohybem *Thrust* - vyražením je zaujata **Vertical Position**. Následuje *obrat Spin o 180°*, který má sečné tempo jako vyražení.



NVT =	13,0	34,0	17,0
PV =	2,06	5,40	2,70

#### 140 FLAMINGO BENT KNEE 2,4

Figura Flamingo je provedena až do **Surface Flamingo Position**. Rozbalením trupu pod hladinu, dodržením stálé kolmosti napjaté nohy vůči hladině, vytlačení kyčlí co nejbližší k hladině a posunem skrčené nohy je zaujata **Bent Knee Vertical Position**. Skrčená noha je přinožena do **Vertical Position** a figura končí *svislým klesáním* těla pod hladinu.



NVT =	10,5	11,0	10,5	22,0	14,5	14,0
PV =	1,03	1,08	1,03	2,17	1,43	1,38