

# LAISINGS

## Märkestagning i Breaking

### BRONS

Six step	1 poäng
Freeze; babyfreeze, turtle eller figure 4	1 poäng
Huvudstående	1 poäng
Handstående	1 poäng
Backspin	1 poäng
Basic Toprocks (indian-step)	1 poäng
3 step	1 poäng
	= 7 poäng

Vid 5 poäng har man klarat märket

### SILVER

Sixstep + switches (cc's) & rullning upp	1 poäng
Freeze; babyfreeze, turtle eller figure 4	1 poäng
1 Footworkcombo	1 poäng
Backspin	1 poäng
Huvudstående med freeze	1 poäng
Handstående balans i 3 s.	1 poäng
Toprocks (kombinera 2 olika)	1 poäng
Scrambles	1 poäng
3 step eller baby-swipes	1 poäng
	= 9 poäng

Vid 7 poäng har man klarat märket

### GULD

Six step +switches (cc's) & rullning upp	1 poäng
Babyfreeze + turtlefreeze	1 poäng
Figure 4	1 poäng
Huvudstående med freeze	1 poäng
Handstående med freeze	1 poäng
Backspin in i freeze eller upphopp	1 poäng
Windmill eller headspin	1 poäng
3 step eller baby-swipes	1 poäng
Scrambles	1 poäng
Toprocks (kombinera 3 olika)	1 poäng
1 solo med tops/downs/power	1 poäng
	= 11 poäng

Vid 9 poäng har man klarat märket