

Skill Level Prototypes 2011/05/02

Anmerkung:

- U steht für Umdrehungen
- Die Änderungen bei Freestyle IV bis VI sind marginal und mit gelber Hintergrundfarbe hervorgehoben.
- Die Aufstiege befinden sich unterhalb der Liste

Level	Extreme-III	Freestyle-IV	Freestyle-V	Freestyle-VI	Prototype-F	Level
Base-1	<ul style="list-style-type: none"> - Mount - Ride 10 revs - Dismount 				<ul style="list-style-type: none"> - Freier Aufstieg - 50m fahren - Freier Abstieg 	1
Base-2	<ul style="list-style-type: none"> - Ride a circle - 10x Hopping - 10x Idling 				<ul style="list-style-type: none"> - Mit linkem Fuß aufsteigen - Mit rechten Fuß aufsteigen - Eine Acht fahren, mit Einzelkreisdurchmesser kleiner als 2m - Einen 15 cm hohen Absatz hinunterfahren - 90°-Drehung nach links innerhalb eines Kreises von einem Meter Durchmesser - 90°-Drehung nach rechts innerhalb eines Kreises von einem Meter Durchmesser 	2
Base-3	<ul style="list-style-type: none"> - Ride a figure-8 - Ride 10 revs backwards 				<ul style="list-style-type: none"> - 3 verschiedene Aufstiege zeigen Anhalten, eine halbe Radumdrehung rückwärts fahren, vorwärts weiterfahren - 10m Stomach on Seat - 5x Hüpfen - Ein Hindernis von 10 x 10 cm überfahren oder überspringen 	3

					<ul style="list-style-type: none"> - 10m Rodeo - 10m Rückwärts fahren - 10m Einbein 	
1	<ul style="list-style-type: none"> - Seat out Hopping - Wheel Hopping - Rolling Hop 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 Anfänger Aufstieg - 8 U Wheel Walk 8 - 10 U Einbein - 10 U Rodeo 			<ul style="list-style-type: none"> - 4 verschiedene Aufstiege zeigen - 10x mit linkem Fuß pendeln - 10x mit rechtem Fuß pendeln - 360°-Linksdrehung innerhalb eines Kreises von einem Meter Durchmesser - 360°-Rechtsdrehung innerhalb eines Kreises von einem Meter Durchmesser - Einen Kreis im Rodeo fahren - Rückwärts einen Kreis fahren - Einbeinig eine Acht fahren - 10m Wheel-Walk 	4
2	<ul style="list-style-type: none"> - 180 Unispin Mount - 180 Hoptwist - Leg Wrap - Tire Grab - Footplant 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 Anfänger Aufstiege - 8 U Einbein Wheel Walk - 3x Kreis fahren (Durchmesser nicht größer als Basketballkreis) - 10 U Rodea 			<ul style="list-style-type: none"> - 5 verschiedene Aufstiege zeigen - 10x mit linkem Fuß einbeinig pendeln - 10x mit rechtem Fuß einbeinig pendeln - Einen Kreis im Rodea fahren - Einen Kreis im Seat on Side fahren - Hoptwist 90° nach links - Hoptwist 90° nach rechts - Im Rodeo eine Acht fahren - Rückwärts eine Acht fahren - 10m Einbein mit dem linkem Fuß - 10m Einbein mit dem rechten Fuß 	5
3	<ul style="list-style-type: none"> - 180 Unispin - 90 Unispin - 180 Unispin in Hopping on Wheel 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 Anfänger Aufstiege - min. 8 U Gliding - 3x Kreis rückwärts fahren - Seat-on-side (Kreis?) 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 Anfänger Aufstiege - min. 8 U Gliding - 3x Kreis 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 Anfänger Aufstiege - min. 8 U Gliding - 3x Kreis rückwärts 	<ul style="list-style-type: none"> - 6 verschiedene Aufstiege zeigen - Im Rodea eine Acht fahren - 10x Rodeo rückwärts fahren - 5x Wheelhopping 	6

	<ul style="list-style-type: none"> - Pedal/Crank stall (grab) - 180 Hoptwist - Crankidle 		<ul style="list-style-type: none"> rückwärts fahren - Seat-on-side (Kreis?) - 10 U Spin 	<ul style="list-style-type: none"> fahren - Seat-on-side (Kreis?) 	<ul style="list-style-type: none"> - Seat on Side Kreis (linksherum) - Seat on Side Kreis (rechtsherum) - Backspin - Frontspin - Spin - Einen Kreis im Einbein mit dem linkem Fuß fahren - Einen Kreis im Einbein mit dem rechten Fuß fahren - Wheel-Walk Kreis - 10m Einbein Wheel-Walk 	
4	<ul style="list-style-type: none"> - Crankflip - Back Crankflip - 270 Unispin - 360 Unispin - Seat Wrap - Push mush 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 Fortgeschrittener Aufstieg - 8 U Kosh-Kosh - (Einbein) Wheel Walk ins Standwalk freihändig - 5 U Standwalk - Backturn - 3 U Rückwärts Kreis fahren (Durchmesser nicht größer als Basketballkreis) - 10 U Spin 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 Fortgeschrittener Aufstieg - 8 U Kosh-Kosh - (Einbein) Wheel Walk ins Standwalk freihändig - 5 U Standwalk - Backturn - 10x Rodeo Hopping 		<ul style="list-style-type: none"> - 7 verschiedene Aufstiege zeigen Einen Kreis im Rodeo rückwärts fahren - Hoptwist 180° nach links - Hoptwist 180° nach rechts - 10m Rodea rückwärts - Spin (linksherum) - Spin (rechtsherum) - Einbein Acht mit linkem Fuß - Einbein Acht mit rechtem Fuß - 10m Einbein rückwärts - Eine Acht im Wheel-Walk - Einen Kreis im Einbein Wheel-Walk - 10m Gliding 	7
5	<ul style="list-style-type: none"> - 180 Crankflip - 180 Back Crankflip - Backroll - Rolling Wrap - Grind (Rolling Crank/Pedal Grab, Slide, Hop off) - 360 Hoptwist 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 Fortgeschrittene Aufstiege - 8 U Stand up Kosh-Kosh - Gliding mit 180 Tipspin ins Wheel Walk - 10 U Cross-Over - Frontturn - 10 U Spin rückwärts 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 Fortgeschrittene Aufstiege - 8 U Stand up Kosh-Kosh - Gliding mit 180 Tipspin ins Wheel Walk - 10 U Cross-Over 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 Fortgeschrittene Aufstiege - 8 U Stand up Kosh-Kosh - Gliding mit 180 Tipspin ins Wheel Walk - 10 U Cross-Over 	<ul style="list-style-type: none"> - 8 verschiedene Aufstiege zeigen - 10m Hand Wheel-Walk - Pirouette - Spin rückwärts - 10m Koosh-Koosh - Cross-Over im Kreis - 10m Einbein Kreis rückwärts - 10m Einbein rückwärts mit linkem 	8

		<ul style="list-style-type: none"> - Spin 30 (or 40?) Sekunden - 10 U Drag Seat vorne - 10x Rodeo Hopping 	<ul style="list-style-type: none"> - Frontturn - Spin 30 (or 40?) Sekunden - 10 U Drag Seat vorne 	<ul style="list-style-type: none"> - Frontturn - 10 U Drag Seat vorne 	<ul style="list-style-type: none"> Fuß - 10m Einbein rückwärts mit rechtem Fuß - Eine Acht im Einbein Wheel-Walk 	
6	<ul style="list-style-type: none"> - Hickflip - Rolling wrap to back roll - Outside roll - Sexchange (Crankflip + 180 Bodyvarial) - 540 Unispin - Lateflip - Outflip - Side Jump 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 Fortgeschrittene Aufstiege - Stand up Seat on Side Wheel Walk - Gliding mit 360° Tipspin ins Wheel Walk - Spin rückwärts 30 (or 40?) Sekunden - Spin 1 min - 5 U Seat on Side Spin - 10 U Drag Seat hinten - 180° Hoptwist (while Riding) - 10x Hopping on Wheel (ohne Übergang) 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 Fortgeschrittene Aufstiege - Stand up Seat on Side Wheel Walk - Gliding mit 360° Tipspin ins Wheel Walk - 5 U Seat on Side Spin - 10 U Drag Seat hinten - 180° Hoptwist (while Riding) - 10x Hopping on Wheel (ohne Übergang) 	<ul style="list-style-type: none"> - 9 verschiedene Aufstiege zeigen - Eine Acht im Rodeo rückwärts fahren - Einen Kreis im Rodeo rückwärts fahren - 10m Einbein Wheel-Walk mit dem linken Fuß - 10m Einbein Wheel-Walk mit dem rechten Fuß - 10m Wheel-Walk rückwärts - 10m Drag Seat vorne heraus - 10m Drag Seat hinten heraus - 10m Einbein-Rodeo - Rückwärts Pirouette - 180° Unispin - 10m Standwalk - Eine Acht im Einbein rückwärts 	9	
7	<ul style="list-style-type: none"> - Varialfip (Inward Varialfip) - Doubleflip - Trey Flip - Varial roll - 360 Sidespin - 180 Lateflip - Side roll - 360 Unispin in Hopping on Wheel - Backroll Flip 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 Guter Aufstieg - Gliding to Standgliding freihändig - 5 U Standgliding - Spin rückwärts 1 min - 90° Unispin (Rodeo Hopping ins Hopping on Wheel) 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 Guter Aufstieg - Gliding to Standgliding freihändig - 5 U Standgliding - Spin 1 min - 90° Unispin (Rodeo Hopping ins Hopping on Wheel) 	<ul style="list-style-type: none"> - 10 verschiedene Aufstiege zeigen - Eine Acht im Rodeo rückwärts fahren - Einen Kreis im Einbein Wheel-Walk mit linkem Fuß - Einen Kreis im Einbein Wheel-Walk mit rechtem Fuß - Einen Kreis im Wheel-Walk rückwärts - 360° Unispin - 10m Sideways Wheel-Walk 	10	

				<ul style="list-style-type: none"> - 10m Coasting - 10m Side Ride - 10m Einbein Wheel-Walk rückwärts - 10m Stand up Koosh-Koosh - 10m Drag Seat vorne heraus rückwärts - 10m Drag Seat hinten heraus rückwärts 	
8	<ul style="list-style-type: none"> - 180 Doubleflip - 360 Lateflip - Double Back Crankflip - Varial roll to Outsideroll - Inward Varial roll - Treybackflip 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 Gute Aufstiege - 10 U Coasting - min. 2 U Pirouette - 180° Unispin 			
9	<ul style="list-style-type: none"> - Full Varial Flip (or Inward Bigflip) - Hick Doubleflip - Treysideflip - 540 Sidespin - Fifth Flip 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 Gute Aufstiege - 5 U Standcoasting - Standgliding Pirouette - min. 2 U rückwärts Pirouette - Hopping on Wheel 180° Unispin - 360 Unispin 	<ul style="list-style-type: none"> - 3 Gute Aufstiege - 5 U Standcoasting - Standgliding Pirouette - Hopping on Wheel 180° Unispin - 360 Unispin 		

Mounts

Anfänger Aufstiege

- Running Mount
- Side Mount
- Jump Mount
- Side Jump Mount
- Back Mount

- Reverse Side Mount
- ...

Fortgeschrittene Aufstiege

- Kick-Up
- Jump Mount to Wheel-Walk/Seat-in-front/Seat-in-back//Wheel-Hopping
- Side Mount to Wheel-Walk/Seat-on-Side
- 180 Jump Mount
- Floor Mount
- Mount to 1ft/Seat-in-front
- ...

Gute Aufstiege

- Jump Mount to Stand up Wheel Walk
- Kick up Mount to Wheel-Walk
- ...