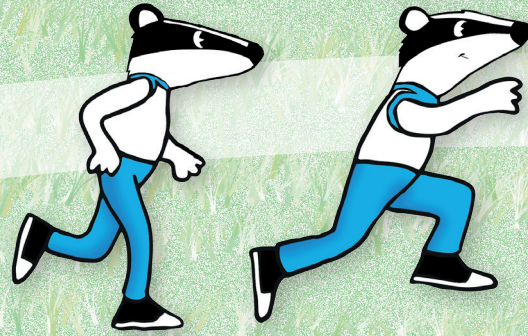


Voitto Onnisen hyppyrata



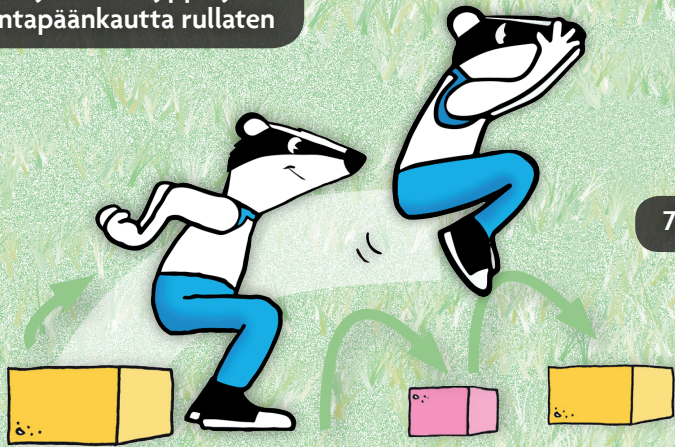
1. Kevyt vuorohyppely kantapäänkautta rullaten



2. Vuoroloikat



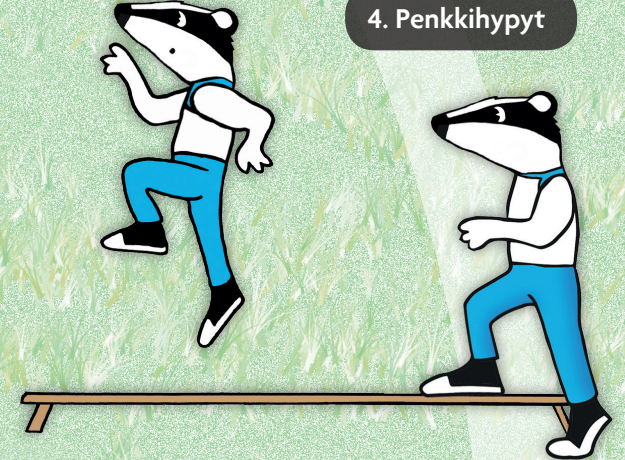
3. Konkkaamisesta kinkkaan



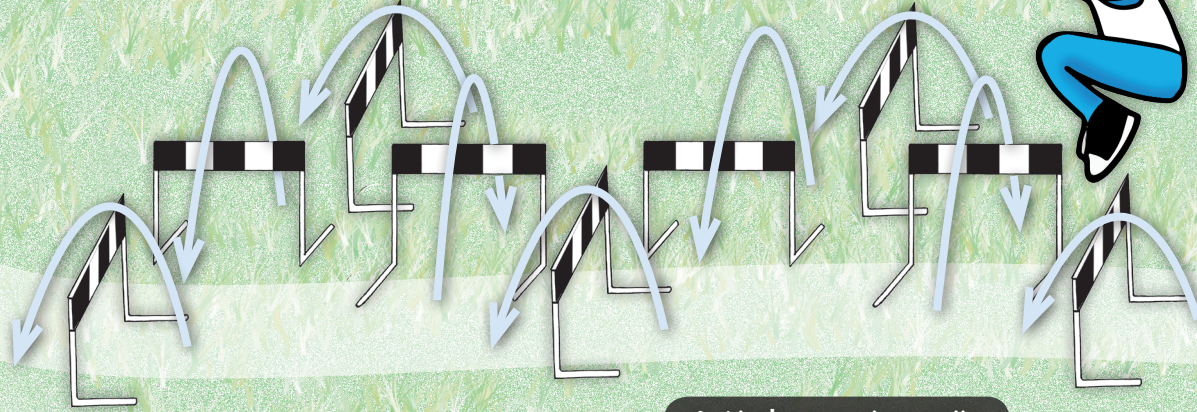
7. Arkkuhyppy



4. Penkkihyppy



5. Tasajalkahyppy eteenpäin



6. Aitahyppy eri suuntiin

Vuoroloikan, konkan ja kinkan sekä tasaloikan kontakti tehdään koko jalkapohjalla. Kontakteja tehdään yhdellä pisteellä noin 10 kappaletta. Konkat ja kinkat sekä penkkihyppy molemmilla jaloilla. Kädet ovat aina vahvasti mukana joko tasatahtiin tai vuorotahtiin tehostamassa ponnistusta.