

F3P Sport

1. Lähtö (K=1)
2. Pystykäännös (K=2)
3. Vaakakierre (K=2)
4. Puolikas käännteinen kuubalainen kahdeksikko (K=2)
5. Selkälento (K=2)
6. Silmukka (K=2)
7. Lasku (K=1)

F3P Advanced

1. Lähtö (K=2)
2. Vaakakahdeksikko (K=3)
3. Silmukka (K=4)
4. Nelivaiheinen kierre (K=5)
5. Kaksois Immelmann (K=6)
6. Puolikierre, pystykäännös, puolikierre (K=6)
7. Tophat 1/4-kiertein (K=7)
8. Vaakakierreympyrä yhdellä kierteellä (K=7)
9. Lasku (K=3)