

No	F3P Alkukierrosohjelma AP-13 vuosille 2012-2013	K
1	Neliösilmukka, puolikierre ylös ja alas	3
2	Top Hat, 1/4-kierre ylös, puolikierre laella, 1/4-kierre alas, ulos selällään	3
3	Vastakkaiset vaakakierteet, ulos selällään	4
4	Pystykäännös, 1/4-kierre ylös, 1/4-kierre alas, ulos selällään	3
5	Vaakakierre-vaakakahdeksikko, ensimmäinen kierre ulos, ulos selällään	4
6	Humpty-Bump (työntö, työntö, veto) 1/4-kierre ylös, 90-asteen käännös Optio: 90-asteen käännös selkälennessä, Humpty-Bump (työntö, veto, veto), 1/4-kierre alas	2
7	Silmukka, vastakkaiset 1/4-kierteet integroituna ylempään puolikkaaseen	5
8	Puolikas kylkilentoneliö, 4/8-kierre	4
9	Puolitoista torque rollia, ulos selällään	4
10	Puolikas neliösilmukka, puolikierre ylös, ulos selällään	3
11	45° syöksy, 2/4-kierre	5

