

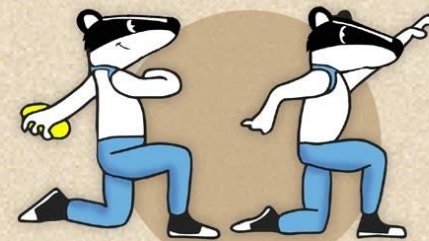
5. Aitojen yli pyörminen



3. Vauhdittoman heiton mallaus kepillä



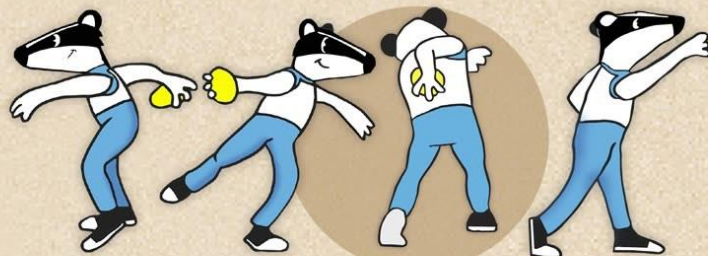
4. Kiekon käsittely etusormen kautta peukalon suuntaan pyöryttäen sekä kiekon vieritys maaliin



2. Kiekonheitto yhdellä kädellä toispolvisseisonnassa

6. Köydenpätjän heittäminen parilta toiselle

7. Kiekonheitto – kokonaissuoritus



1. Kahden käden heitto sivulta eteen kuntopallolla

