





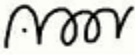

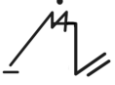
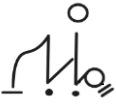

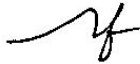







**LIST OF WOMEN'S ARTISTIC GYMNASTICS CANADIAN ELEMENTS**  
**LISTE DES ÉLÉMENTS CANADIENS EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE**  
**NATIONAL LEVEL - NIVEAU NATIONAL**  
**Effective June 1, 2021/ Entrée en vigueur le 1 juin 2021**






#	BARS BARRES	SYMBOL SYMBOLE	VALUE VALEUR
1.202	Jump to clear support on LB with half turn (180°) and straddle flight bwd over LB to catch LB Saut avec ½ tour (180°) à l'appui libre BI et envol en arrière-jambes écartées par-dessus BI, attraper BI		B
2.407	Outer front support clear hip circle bwd on LB hecht with 1/1 turn (360°) to hang on HB (legs together or straddled) Élan circulaire facial libre en arrière-BI, face à la BS, et poisson avec 1/1 tour (360°) à la suspension BS (jambes serrées ou écartées)		D
5.209	Sole circle with flight from HB to LB Élan circulaire BS avec envol à la BI		B
5.510	Facing inward – pike sole circle bwd (toe-on) and flight with 1½ turn (540°) over LB to hang on LB Face à l'intérieur - élan circulaire carpé en arrière (pieds sur la barre) et envol avec 1½ tour (540°) par-dessus BI à la suspension BI		E
5.610	Facing inward – pike sole circle bwd (toe-on) and flight with 1½ turn (540°) over LB to handstand on LB Face à l'intérieur - élan circulaire carpé en arrière (pieds sur la barre) et envol avec 1½ tour (540°) à l'ATR sur BI		F
6.307	Swing fwd to double salto bwd tucked with ½ twist (180°) in second salto (prior to landing) Élan avant et double salto arrière groupé avec ½ tour (180°) dans le deuxième salto (avant la réception)		C
6.508	Swing bwd to double salto fwd piked Élan arrière et double salto avant carpé		E
6.302	Clear pike underswing to salto forward tucked with 1/2 turn (180°) Élan libre par-dessous barre (corps carpé) et salto avant groupé avec 1/2 tour (180°)		C

**LIST OF WOMEN'S ARTISTIC GYMNASTICS CANADIAN ELEMENTS**  
**LISTE DES ÉLÉMENTS CANADIENS EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE**  
**NATIONAL LEVEL - NIVEAU NATIONAL**

Effective June 1, 2021/ Entrée en vigueur le 1 juin 2021

	<b>BEAM POUTRE</b>	<b>SYMBOL SYMBOLE</b>	<b>VALUE VALEUR</b>
1.106	From side stand (back towards beam) - squat through to front support De la station latérale (dos à la poutre) franchissement groupé à l'appui facial		A
1.413	Jump, press or swing to handstand - shift weight to one arm handstand (2sec.) – come back to handstand with 360° turn in handstand – lower to optional end position Saut, élévation ou élan à l'ATR – changement du poids du corps à l'ATR sur un bras (2 sec.) – revenir à l'ATR avec tour de 360° à l'ATR – s'abaisser à une position finale libre		D
2.504	Tour jeté to ring leg position (180°) Tour jeté (180°) à la position cambrée		E
5.409	Free aerial walkover with gainer entry (same element as regular entry) Renversement avant libre Auerbach (considéré identique à l'impulsion régulière)		D
5.408	Free aerial cartwheel with gainer entry (same element as regular entry) Renversement latéral libre Auerbach (considéré identique à l'impulsion régulière)		D
5.410	Salto forward tucked, take-off from one leg with ½ twist (180°) Salto avant groupé avec ½ tour (180°) avec appel d'un pied		D
6.304	Take-off from one foot – salto bwd stretched with 1½ wist (Dsmt.540°) at the end of the beam Appel d'un pied – salto arrière tendu avec 1½ tour (sortie 540°)		C
1.414	From rear stand (back towards beam), flic flac with half turn over beam to candle position, ending in front support De la station dos à la poutre flic flac 1/2 tour par-dessus la poutre en position de chandelle, pour terminer à l'appui facial		D
3.505	2/1 turn (720°) with free leg held upward in 180° split position throughout turn Pirouette 2 tours (720°) avec la jambe libre écartée en haut à 180° pendant toute la rotation.		E

**LIST OF WOMEN'S ARTISTIC GYMNASTICS CANADIAN ELEMENTS**  
**LISTE DES ÉLÉMENTS CANADIENS EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE**  
**NATIONAL LEVEL - NIVEAU NATIONAL**  
**Effective June 1, 2021/ Entrée en vigueur le 1 juin 2021**

#	FLOOR SOL	SYMBOL SYMBOLE	VALUE VALEUR
1.204	<p>Split leap forward with leg change (180° separation angle after leg change) with ¾ turn (270°) to land in prone position</p> <p>Saut enjambé avec changement de jambes (angle d'écart de 180° après le changement) avec ¾ tour (270°), réception à l'appui couché facial</p>		<b>B</b>
1.213	<p>Bwd take off from one leg – 1½ turns (540°) with legs in abstract tuck position to land on take off leg</p> <p>Appel arrière d'un pied – 1½ tour (540°) avec les jambes en position groupée abstraite, réception sur la jambe d'appel</p>		<b>B</b>
1.213	<p>Bwd take off from one leg – 2/1 turns (720°) with legs in abstract tuck position to land on take off leg</p> <p>Appel arrière d'un pied – 2/1 tours (720°) avec les jambes en position groupée abstraite, réception sur la jambe d'appel</p>		<b>B</b>
1.303	<p>Jete en tournant ½ turn (180°) split leap forward– with additional ½ turn (180°)</p> <p>Saut enjambé en tournant avec 1/2 tour (180°) – et avec 1/2 tour additionnel</p>		<b>C</b>
1.409	<p>Split Ring Leap with 180° turn after ring</p> <p>Saut grand jeté pied tête avec ½ tour</p>		<b>D</b>