






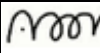







**LIST OF WOMEN'S ARTISTIC GYMNASTICS CANADIAN ELEMENTS**  
**LISTE DES ÉLÉMENTS CANADIENS EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE**  
**NATIONAL LEVEL - NIVEAU NATIONAL**  
**Effective March 15, 2022/ Entrée en vigueur le 15 mars 2022**

| #     | BARS<br>BARRES  | SYMBOL<br>SYMBOLE   | VALUE<br>VALEUR |
|-------|---|---|-----------------|
| 1.202 | Jump to clear support on LB with half turn (180°) and straddle flight bwd over LB to catch LB<br>Saut avec ½ tour (180°) à l'appui libre BI et envol en arrière-jambes écartées par-dessus BI, attraper BI  |    | B               |
| 2.306 | Clear hip circle bwd on HB with hecht flight to clear support on LB<br>Tour d'appui libre en arrière sur BS et poisson avec envol à l'appui libre BI.   |    | C               |
| 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)<br>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<br>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<br>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<br>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)<br>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<br>Élan arrière et double salto avant carpé   |  | E               |
| 6.302 | Clear pike underswing to salto forward tucked with 1/2 turn (180°)<br>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 March 15, 2022/ Entrée en vigueur le 15 mars 2022**

|       | <b>BEAM<br/>POUTRE</b>  | <b>SYMBOL<br/>SYMBOLE</b> | <b>VALUE<br/>VALEUR</b> |
|-------|---|---------------------------|-------------------------|
| 1.106 | From side stand (back towards beam) - squat through to front support<br>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<br>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°)<br>Tour jeté (180°) à la position cambrée   |                           | E                       |
| 5.409 | Free aerial walkover with gainer entry (same element as regular entry)<br>Renversement avant libre Auerbach (considéré identique à l'impulsion régulière)   |                           | D                       |
| 5.408 | Free aerial cartwheel with gainer entry (same element as regular entry)<br>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°)<br>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<br>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<br>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   |                           | C                       |

**LIST OF WOMEN'S ARTISTIC GYMNASTICS CANADIAN ELEMENTS**  
**LISTE DES ÉLÉMENTS CANADIENS EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE**  
**NATIONAL LEVEL - NIVEAU NATIONAL**  
**Effective March 15, 2022/ Entrée en vigueur le 15 mars 2022**

| #     | FLOOR<br>SOL  | SYMBOL<br>SYMBOLE   | VALUE<br>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>        |