

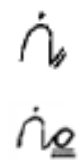

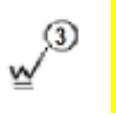


**LIST OF WOMEN'S ARTISTIC GYMNASTICS CANADIAN ELEMENTS  
LISTE DES ÉLÉMENTS CANADIENS EN GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE**

**JO LEVEL - NIVEAU JO**

Effective Oct 31, 2017/ Entrée en vigueur le 31 oct 2017

Updated May 2018 / Mis à jour Mai 2018

|              | <b>BEAM<br/>POUTRE</b>   | <b>SYMBOL<br/>SYMBOLE</b>   | <b>VALUE<br/>VALEUR</b> |
|--------------|--|---|-------------------------|
| (FIG 1.108)  | Mount: Cartwheel with bending of both arms through chest stand to swing down.<br>Renversément lat. les 2 bras fléchis à la position renversée sur la poutre  |    | A                       |
| (FIG 1.204)  | Mount: Jump bwd through straddle position over the beam to front support or to side split - 90° approach to beam<br>Saut en ar. en position écartée par-dessus la poutre à l'appui facial ou en grand écart – élan 90° par rapport à la poutre   |    | B                       |
| (FIG 1.414)  | Mount: From rear stand (back towards beam), flic flac over beam to candle position, ending in front support with or without bwd hip circle<br>De la station dos à la poutre, flic flac par-dessus la poutre en position de chandelle, pour terminer à l'appui facial avec ou sans tour d'appui ar. |   | D                       |
|              | Mount: cartwheel from hands on the springboard to front support - 90° approach to beam<br>Entrée : roue latérale avec les mains sur le tremplin à l'appui facial sur la poutre – élan 90° par rapport à la poutre  |  | A                       |
|              | <b>SOL<br/>FLOOR</b>   | <b>SYMBOL<br/>SYMBOLE</b>   | <b>VALUE<br/>VALEUR</b> |
| (FIG #2.506) | 3/1 turn (1080°) in tuck stand on one leg – free leg straight throughout the turn<br>3/1 tour à la station groupée sur 1 jambe – jambe tendue pendant le tour  |  | E                       |