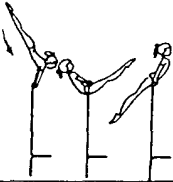
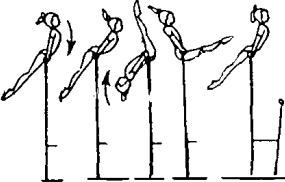
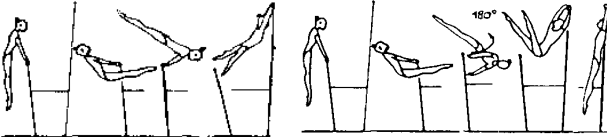
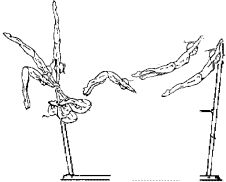
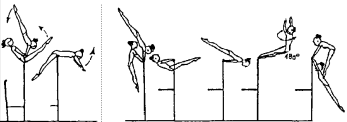

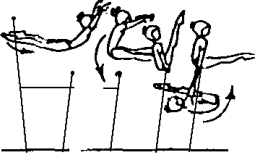
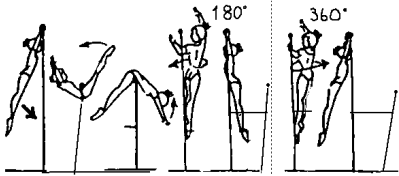
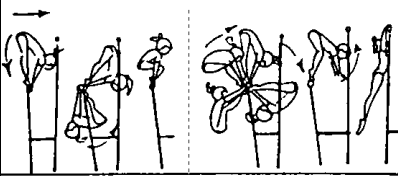
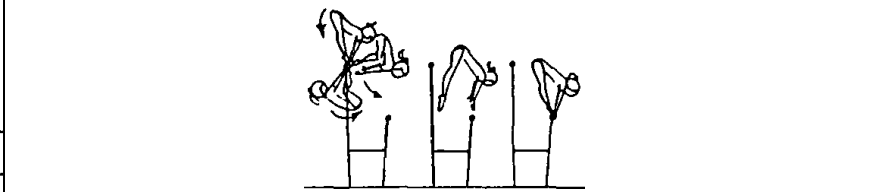
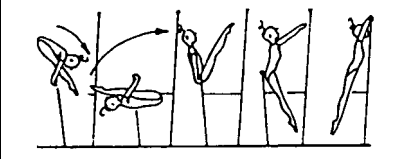
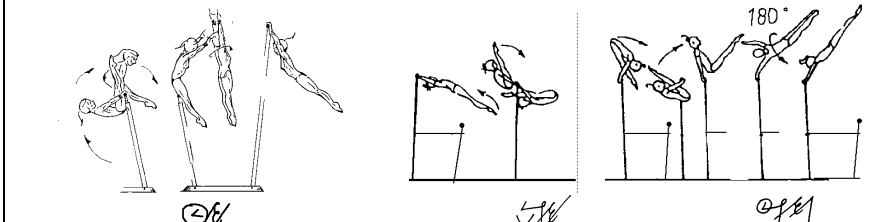
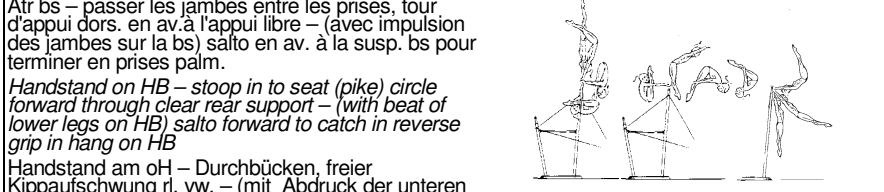



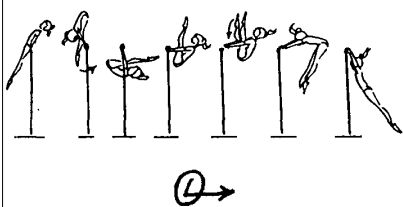
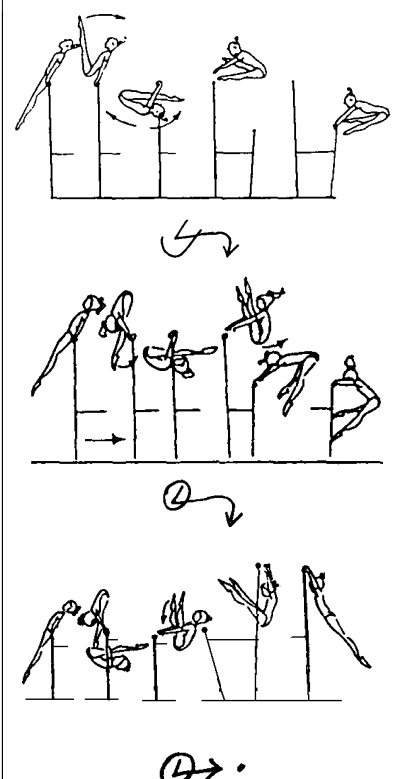
7.000 ELANS CIRCULAIRES, POISSONS — CIRCLE SWINGS, HECHTS — KREISSCHWÜNGE, HECHT

A	B	C	D	E — Super E
<p>7.101 Tour d'appui fac. en arr. bi ou bs à l'appui (avec ou sans appui des mains) <i>Hip circle backward on LB or HB to support (with or without hand support)</i> Felgumschwung vl. rw. am uH oder oH i.d. Stütz (Umschwung mit oder ohne Stütz der Hände)</p>  <p>Tour d'appui fac. en av. bs ou bi à l'appui (avec ou sans appui des mains) <i>Hip circle forward on HB or LB to support (with or without hand support)</i> Felgumschwung vl. vw. am uH oder oH i.d. Stütz (Umschwung mit oder ohne Stütz d. Hände)</p> 		<p>7.301 Elan circ. fac. libre en arr. bi, face à bs, et poisson à la susp. bs, aussi avec ½ tour (180°) (jambes serrées ou écartées) <i>Outer front support – clear hip circle backward on LB with hecht to hang on HB, also with ½ turn (180°) (legs together or straddled)</i> Freier Umschwung vl. rw. am uH (von aussen) mit Abhechten i.d. Hang am oH, auch mit ½ Dre. (180°) (Beine geschlossen oder gegrätscht)</p>  <p>Vers l'intérieur – Stalder en arr. bi, poisson avec envol à la susp. bs (Yarotska) <i>Facing inward – Stalder backward with release and hecht to hang on HB (Yarotska)</i> Blick nach innen – Stalder rw. mit Abhechten und Flug i.d. Hang am oH (Yarotska)</p> 	<p>7.401 Tour d'appui fac. en arr. bi ou bs avec envol et passé dors. par-dessus b à la susp. à la même b – aussi de l'élan circ. fac. libre en arr. bs <i>Free hip circle backward on LB or HB hecht with flight and ½ turn (180°) passing over bar to hang on same bar – also from clear hip circle backward on HB (free or clear Hechtkehre)</i> Felgumschwung vl. rw. am uH oder oH mit Flug und Überkehren i.d. Hang am gleichen Holm – auch von freier Umschwung vl. rw. am oH (freie Hechtkehre)</p> 	<p>7.501</p>
<p>7.102 Tour d'appui fac. en arr. bi – impulsion des hanches – envol et reprendre bi pour élaner en av. <i>Free hip circle backward on LB – hip repulsion – flight with regrasp on LB to glide ("false-pop")</i> Felgumschwung vl. rw. am uH – Abdruck von d. Hüfte – Flug mit Erfassen d. uH zum Vorschweben (Trick)</p> 	<p>7.202 Tour d'appui fac. en arr. bi – impulsion des hanches – avec passé écarté libre en av. à l'appui dors (Korbut) <i>Free hip circle backward on LB – hip repulsion – with free straddle forward over LB to rear support (Korbut)</i> Felgumschwung vl. rw. am uH – Abdruck von d. Hüfte – mit freiem Übergrätschen i.d. Stütz rl. (Korbut)</p> 	<p>7.302 Tour d'appui fac. en arr. bi – impulsion des hanches – avec ½ ou 1/1 tour (180° ou 360°) et changement de prises à la susp. bs <i>Free hip circle backward on LB – hip repulsion – with ½ or 1/1 turn (180° or 360°) and grip change to hang on HB</i> Felgumschwung vl. rw. am uH – Abdruck von d. Hüfte – mit ½ oder 1/1 Dre. (180° oder 360°) und Griffwechsel i.d. Hang am oH</p> 	<p>7.402</p>	<p>7.502</p>

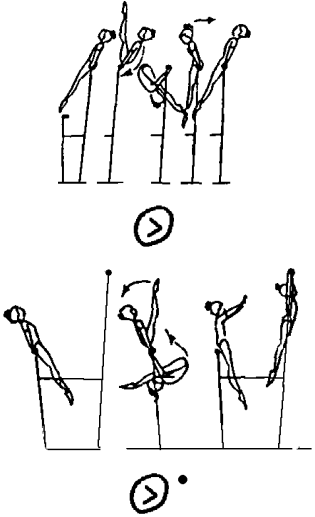
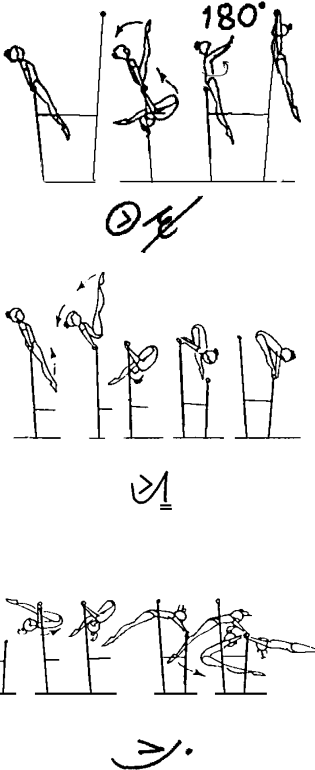
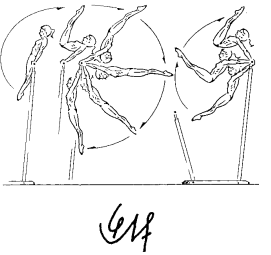
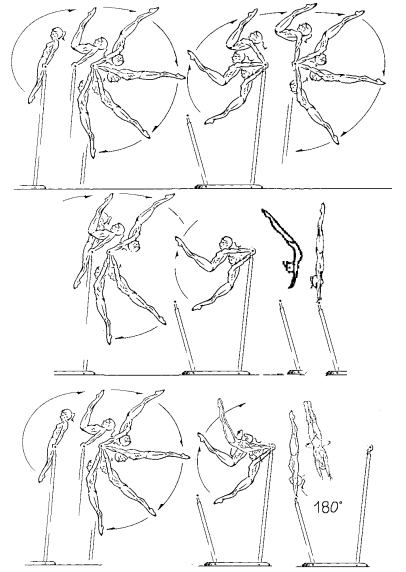
7.000 ELANS CIRCULAIRES, POISSONS — CIRCLE SWINGS, HECHTS — KREISSCHWÜNGE, HECHT

A	B	C	D	E — Super E
<p>7.103 Elan circ. groupé ou carpé en av. ou en arr. bi ou bs à la stat., aussi avec changement de prises à la susp. bs <i>Sole circle forward or backward (tucked or piked) on HB or LB to stand, also with grip change to hang on HB</i> Sohlumschwung vw. oder rw. (gehockt oder gebückt) am uH oder oH i.d. Stand, auch mit Griffwechsel i.d. Hang am oH</p>  <p>Ⓜ Ⓜ' Ⓥ Ⓥ'</p>	<p>7.203 Elan circ. en arr. carpé bs avec envol à la stat. bi <i>Sole circle backward piked with flight from HB to stand on LB</i> Sohlumschwung rw. gebückt vom oH mit Flug i.d. Stand am uH</p>  <p>Ⓥ'</p>	<p>7.303</p>	<p>7.403</p>	<p>7.503</p>
<p>7.104 Appui dors. bi ou bs — tour d'appui dors. en av. à l'appui dors., à bi aussi avec changement de prises à la susp. bs <i>Rear support on LB or HB — seat (pike) circle forward to rear support, also on LB with grip change to hang on HB</i> Stütz rl. am uH oder oH — Kippumschwung rl. vw. i.d. Stütz rl., am uH auch mit Griffwechsel i.d. Hang am oH</p>  <p>Ⓢ Ⓢ'</p>	<p>7.204 Appui dors. bi — tour d'appui dors. en av. (libre) avec ½ tour (180°) à la susp. bs, aussi — Susp. ou appui dors. bs, passé carpé en arr. et bascule dors. en av. (libre) ou tour d'appui dors. en av. (libre) — avec ½ tour (180°) à la susp. bs <i>Rear support on LB — seat (pike) circle forward through clear rear support with ½ turn (180°) to hang on HB, also</i> — Hang or rear support on HB — stoop through, back kip-up or seat (pike) circle forward — through clear rear support with ½ turn (180°) to hang on HB Stütz rl. am uH — Kippumschwung rl. vw. frei i.d. Stütz rl., am uH mit ½ Dre. (180°) i.d. Hang am oH, auch — Hang oder Stütz am oH oder — Stütz am oH, Durchbücken, Kippaufschwung rl. vw. frei oder Kippumschwung rl. vw. (frei) — mit ½ Dre. (180°) i.d. Hang am oH</p>  <p>180°</p> <p>Atr bs — passer les jambes entre les prises, tour d'appui dors. en av. à l'appui libre — (avec impulsion des jambes sur la bs) salto en av. à la susp. bs pour terminer en prises palm. <i>Handstand on HB — stoop in to seat (pike) circle forward through clear rear support — (with beat of lower legs on HB) salto forward to catch in reverse grip in hang on HB</i> Handstand am oH — Durchbücken, freier Kippaufschwung rl. vw. — (mit Abdruck der unteren Beine am oH) Salto vw. i.d. Kammgriff i.d. Hang am oH</p>  <p>Ⓢ Ⓢ'</p>	<p>7.304</p>	<p>7.404</p>	<p>7.504 [Atr bs —] passer les jambes entre les prises, Adler- tour d'appui dors. en av. à l'appui libre (pour terminer en prises cub.) dans la phase d'atr (Luo), aussi avec ½ tour (180°) <i>[Handstand on HB —] stoop in to Adler-seat (pike) circle forward through clear extended support (in L grip) in handstand phase (Luo), also with ½ turn (180°)</i> [Handstand am oH —] Einbücken, Adler-Umschwung mit Aufstrecken i.d. freien Stütz (mit Ellgriff) i.d. Handstandphase (Luo), auch mit ½ Dre. (180°)</p>  <p>Ⓢ Ⓢ'</p>

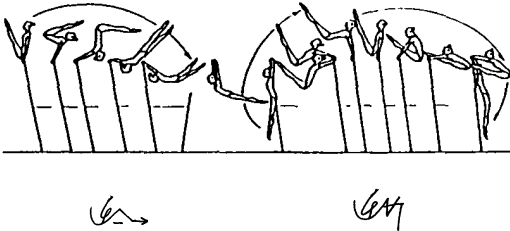
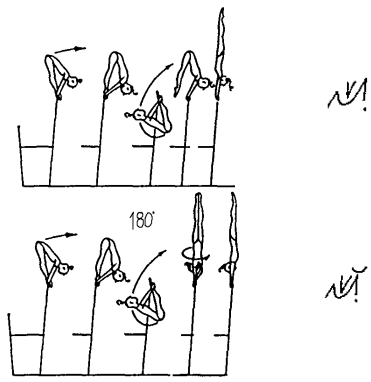
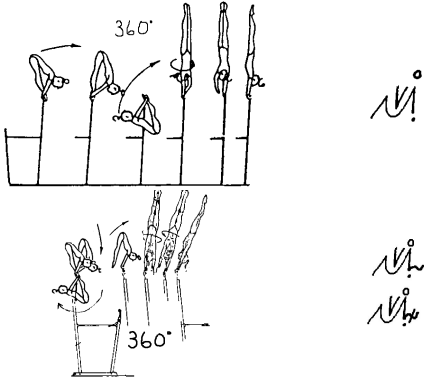
7.000 ELANS CIRCULAIRES, POISSONS — *CIRCLE SWINGS, HECHTS* — KREISSCHWÜNGE, HECHT

A	B	C	D	E — Super E
<p>7.105 Appui dors. bi ou bs – tour d'appui dors. en av. avec passé écarté en arr. à la susp. à la même b <i>Rear support on LB or HB – seat (pike) circle forward with straddle cut backward to hang on same bar</i> Stütz rl. am uH oder oH – Kippumschwung rl. vw. mit Ausgrätschen i.d. Hang am gleichen Holm</p> 		<p>7.305 Appui dors. bs, dos à bi – s'abaisser en arr. à la susp. dors. mi-renv., bascule dors. en av. ou tour d'appui dors. en av. – passé écarté en arr. et envol en arr. par-dessus bi à la susp., aussi – Appui dors. bi – tour d'appui dors. en av. avec passé écarté en arr. et changement de prises à la susp. bs <i>Outer rear support on HB – fall backward to inverted pike swing or seat (pike) circle forward – straddle cut backward with flight over LB to hang, also –</i> <i>Rear support on LB - seat (pike) circle forward with straddle cut backward and grip change to hang on HB</i> Aussenseitstütz rl. am oH – Senken rw. i.d. Kipphang-Kippaufschwung rl. vw. oder Kippumschwung rl. vw. – Ausgrätschen und Flug rw. über d. uH i.d. Hang, auch – Stütz rl. am uH – Kippumschwung rl. rw. mit Ausgrätschen und Griffwechsel i.d. Hang am oH</p> 		<p>7.505</p>

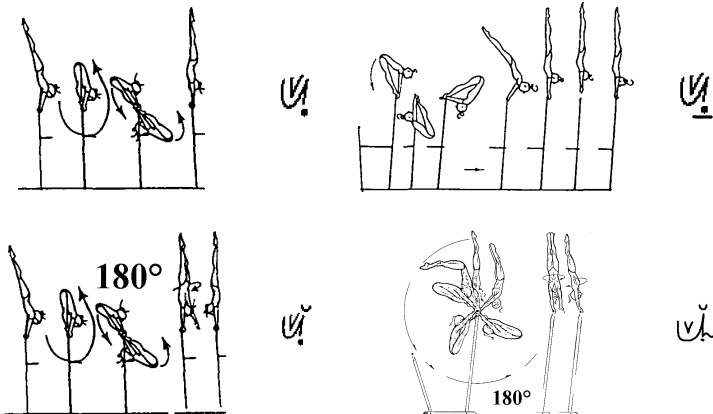
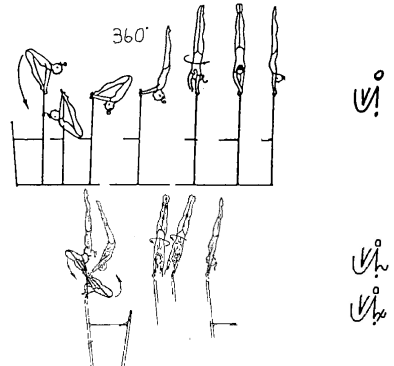
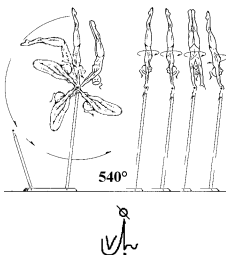
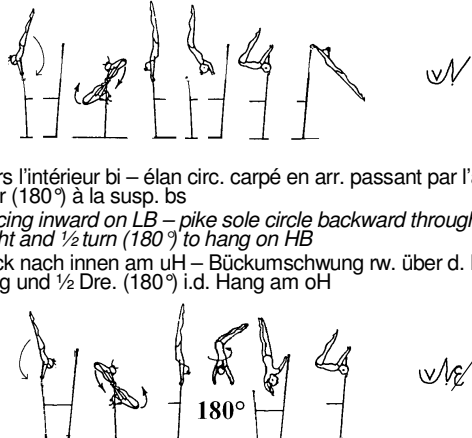
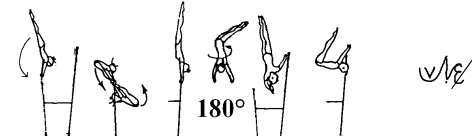
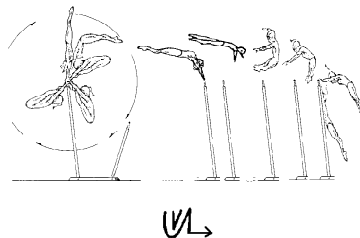
7.000 ELANS CIRCULAIRES, POISSONS — CIRCLE SWINGS, HECHTS — KREISSCHWÜNGE, HECHT

A	B	C	D	E — Super E
<p>7.106 Appui dors. bi ou bs — tour d'appui dors. en arr. à l'appui dors., à bi aussi avec changement de prises à la susp. bs <i>Rear support on LB or HB — seat (pike) circle backward to rear support, also on LB with grip change to hang on HB</i> Stütz rl. am uH oder oH — Kippumschwung rl. rw. i.d. Stütz rl., am uH auch mit Griffwechsel i.d. Hang am oH</p> 	<p>7.206 Appui dors. bi — tour d'appui dors. avec ½ tour (180°) en arr. à l'appui dors. et changement de prises à la susp. bs, aussi — appui dors. bs, face à bi — tour d'appui dors. en arr. en sautant à l'appui jambes tendues bi ou avec changement de prises à la susp. bi <i>Rear support on LB — seat (pike) circle backward with ½ turn (180°) and grip change to hang on HB, also — inner rear support on HB — seat (pike) circle backward with release to stand on LB or with grip change to hang on LB</i> Stütz rl. am uH — Kippumschwung rl. mit ½ Dre. (180°) und Griffwechsel i.d. Hang am oH, auch — Innenseitstütz rl. am oH — Kippumschwung rl. rw. mit Umspringen i.d. Stand auf d. uH oder mit Griffwechsel i.d. Hang am uH</p> 	<p>7.306 Appui dors libre. bs (jambes serrées) — élaner dors. en arr. à la susp. dors., établissement av. à l'appui dors. libre bs (Steinemann) <i>Clear rear pike support on HB (legs together) — full circle swing backward to finish in clear rear support on HB (Steinemann circle)</i> Aus dem freien Stütz rl. am oH (Beine geschlossen) — Umschwung rl. rw. i.d. freien Stütz am oH (Steinemann-Umschwung)</p> 	<p>7.406 Appui dors libre. bs (jambes serrées) — élan circ. dors. libre en arr. — continuer en appui dors. libre en arr. au-dessus bs à la susp. (Mirgorodskaja) — élaner dors. en arr. à la susp. dors. — continuer pour salto arr. tendu (ou carpé) entre les b à l'appui libre bi (Teza) — élaner dors. en arr. à la susp. dors. et ½ tour (180°) avec envol à l'atr bi (Teza) <i>Clear rear pike support on HB (legs together) — full circle swing backward — continuing through clear rear pike support backward over HB into hang (Mirgorodskaja) — circle swing backward and continue to salto backward stretched (or piked) between bars to clear support on LB (Teza) or — circle swing backward and ½ turn (180°) with flight to handstand on LB (Teza)</i> Aus dem freien Stütz rl. am oH (Beine geschlossen) — Riesenumschwung rl. rw. — weiterführen i.d. freien Stütz rw. über d. oH i.d. Hang (Mirgorodskaja) — Umschwung rl. rw. — weiterführen mit Saltorolle gestreckt (oder gebückt) zwischen d. Holmen i.d. freien Stütz am uH (Teza) — Umschwung rl. rw. und ½ Dre. (180°) mit Flug i.d. Handstand auf d. uH (Teza)</p> 	<p>7.506</p>

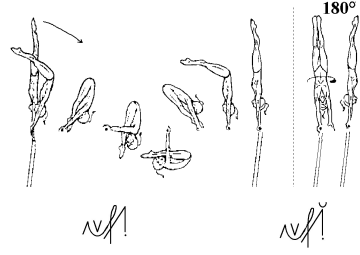
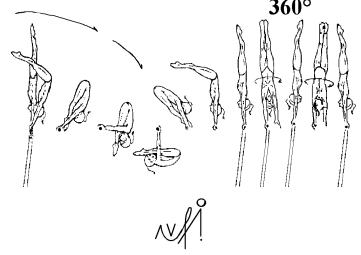
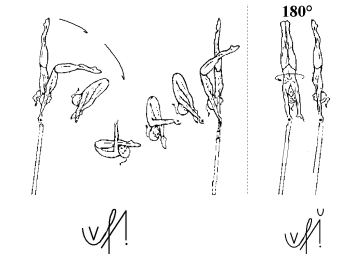
7.000 ELANS CIRCULAIRES, POISSONS — CIRCLE SWINGS, HECHTS — KREISSCHWÜNGE, HECHT

A	B	C	D	E — Super E
7.107	7.207	7.307	<p>7.407</p> <p>Appui dors. libre bs (jambes serrées) – élan circ. dors. libre en arr. avec contre-mouvement et passé écarté avec envol ou passé carpé en arr. par-dessus bs à la susp. bs (Li-Li)</p> <p><i>Clear rear pike support (legs together) on HB – full circle swing backward with counter flight backward straddled or with stoop out backward to hang on HB (Li-Li)</i></p> <p>Freier Stütz rl. am oH (Beine geschlossen) – Umschwung rl. rw. mit Konterflug rw. gegrätscht oder Rückbücken i.d. Hang am oH (Li-Li)</p> 	7.507
<p>7.108</p> <div data-bbox="185 997 638 1257" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 20px;"> <p>*Pour finir à n'importe quelle prise: dorsale, palmaire, mixte, palmaire croisée, cubitale, mixte (palmaire-cubitale) – le même élément</p> <p><i>*To end in any grip: regular, reverse, mixed, cross, L or mixed-L – same element</i></p> <p>*Zu beenden in jedem Griff: Rist-, Kamm-, Zwi-, Kreuz, Ell oder Mix-Ell – das gleiche Element</p> </div>	7.208	<p>7.308 *</p> <p>Elan circ. carpé en av. à l'atr, aussi avec ½ tour (180°) dans la phase d'atr</p> <p><i>Pike sole circle forward to handstand, also with ½ turn (180°) in handstand phase</i></p> <p>Bückumschwung vv. i.d. Handstand, auch mit ½ Dre. (180°) i.d. Handstandphase</p> 	<p>7.408 *</p> <p>Elan circ. carpé en av. à l'atr avec 1/1 tour (360°) dans la phase d'atr</p> <p><i>Pike sole circle forward with 1/1 turn (360°) in handstand phase</i></p> <p>Bückumschwung vv. i.d. Handstand mit 1/1 Dre. (360°) i.d. Handstandphase</p> 	7.508

7.000 ELANS CIRCULAIRES, POISSONS — *CIRCLE SWINGS, HECHTS* — KREISSCHWÜNGE, HECHT

A	B	C	D	E — Super E
7.109	7.209	<p>7.309 *</p> <p>Elan circ. carpé en arr. à l'atr, aussi avec en sautant en prises palm. dans la phase d'atr, aussi avec ½ tour (180°)</p> <p><i>Pike sole circle backward to handstand, also with hop-change to reverse grip in handstand phase, also with ½ turn (180°)</i></p> <p>Bückumschwung rw. i.d. Handstand, auch mit Umspringen i.d. Kammgriff i.d. Handstandphase, auch mit ½ turn (180°) i.d. Handstandphase</p> 	<p>7.409 *</p> <p>Elan circ. carpé en arr. à l'atr avec 1/1 tour (360°) dans la phase d'atr</p> <p><i>Pike sole circle backward to handstand with 1/1 turn (360°) in handstand phase</i></p> <p>Bückumschwung rw. i.d. Handstand mit 1/1 Dre. (360°) i.d. Handstandphase</p> <p>(Maloney)</p> <p>... pour terminer en prises mixtes palm. cub.</p> <p>... <i>to mixed-L grip</i></p> <p>... i. d. Mix-Ellgriff</p> 	<p>7.509 *</p> <p>Elan circ. carpé en arr. à l'atr avec 1½ tour (540°)</p> <p><i>Pike sole circle backward to handstand with 1½ turn (540°)</i></p> <p>Bückumschwung rw. i.d. Handstand mit 1½ Dre. (540°)</p> <p>(Lucke)</p> <p>... pour terminer en prises cub.</p> <p>... <i>to L grip</i></p> <p>... i. d. Ellgriff</p> 
7.110	7.210	<p>7.310</p> <div data-bbox="168 893 616 1141" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>*Pour finir à n'importe quelle prise: dorsale, palmaire, mixte, palmaire croisée, cubitale, mixte (palmaire-cubitale) – le même élément</p> <p><i>*To end in any grip: regular, reverse, mixed, cross, L or mixed-L – same element</i></p> <p>*Zu beenden in jedem Griff: Rist-, Kamm-, Zwie-, Kreuz, Ell oder Mix-Ell – das gleiche Element</p> </div> <div data-bbox="526 1173 996 1428" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>ATTENTION/ATTENTION/ACHTUNG:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Tous les élans circ. carpés peuvent aussi être exécutés avec les jambes écartées. – <i>All pike sole circles may be performed as straddle sole circles.</i> – Alle Bückumschwünge können auch mit gegrätschten Beinen ausgeführt werden. </div>	<p>7.410</p> <p>Appui fac. bi dos à bi – élan circ. carpé en arr. passant par l'atr avec envol à la susp. bs (Maloney)</p> <p><i>Inner front support on LB – pike sole circle backward through handstand with flight to hang on HB (Maloney)</i></p> <p>Innenseitstütz vl. am uH – Bückumschwung rw. über d. Handstand mit Flug i. d. Hang am oH (Maloney)</p>  <p>Vers l'intérieur bi – élan circ. carpé en arr. passant par l'atr avec envol et ½ tour (180°) à la susp. bs</p> <p><i>Facing inward on LB – pike sole circle backward through handstand with flight and ½ turn (180°) to hang on HB</i></p> <p>Blick nach innen am uH – Bückumschwung rw. über d. Handstand mit Flug und ½ Dre. (180°) i.d. Hang am oH</p> 	<p>7.510</p> <p>Atr bs – Elan circ. carpé en arr. avec contre-mouvement et passé écarté en arr. par-dessus bs à la susp. (Ray)</p> <p><i>Handstand on HB – Pike sole circle backward counter straddle-reverse hecht over HB to hang (Ray)</i></p> <p>Handstand am oH – Bückumschwung rw. Riesenfelge rw. mit Kontergrätsche über d. oH i.d. Hang (Ray)</p> 

7.000 ELANS CIRCULAIRES, POISSONS — CIRCLE SWINGS, HECHTS — KREISSCHWÜNGE, HECHT

A	B	C	D	E — Super E
7.111	7.211	7.311	<p>7.411 Elan circ. carpé libre en av. à l'atr., aussi avec ½ tour (180°) pendant la phase d'atr (Endo-carpé) <i>Clear pike circle forward to handstand, also with ½ turn (180°) in handstand phase (Endo-piked)</i> Freier Bückumschwung vw. i.d. Handstandphase, auch mit ½ Dre (180°) i.d. Handstandphase (Endo-gebückt)</p> 	<p>7.511 Elan circ. carpé libre en av. avec 1/1 tour (360°) pendant la phase d'atr (Endo-carpé) <i>Clear pike circle forward with 1/1 turn (360°) in handstand phase (Endo-piked)</i> Freier Bückumschwung vw. mit 1/1 Dre (360°) i.d. Handstandphase (Endo-gebückt)</p> 
7.112	7.212	7.312	<p>7.412 Elan circ. carpé libre en arr. à l'atr., aussi avec ½ tour (180°) pendant la phase d'atr (Stalder-carpé) <i>Clear pike circle backward to handstand, also with ½ turn (180°) in handstand phase (Stalder-piked)</i> Freier Bückumschwung rw. i.d. Handstandphase, auch mit ½ Dre (180°) i.d. Handstandphase (Endo-gebückt)</p> 	<p>7.512 Elan circ. carpé libre en arr. avec 1/1 tour (360°) pendant la phase d'atr (Stalder-carpé) <i>Clear pike circle backward with 1/1 turn (360°) in handstand phase (Stalder-piked)</i> Freier Bückumschwung rw. mit 1/1 Dre (360°) i.d. Handstandphase (Endo-gebückt)</p> 