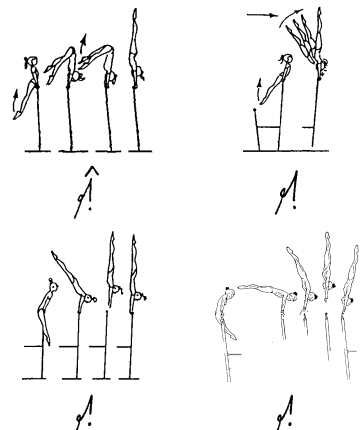
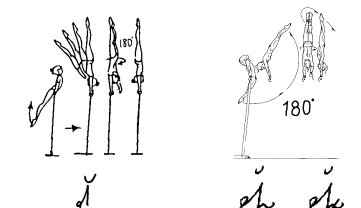
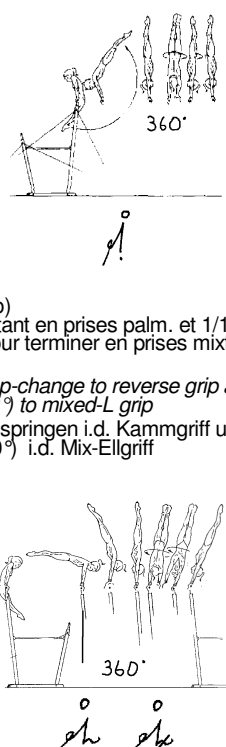
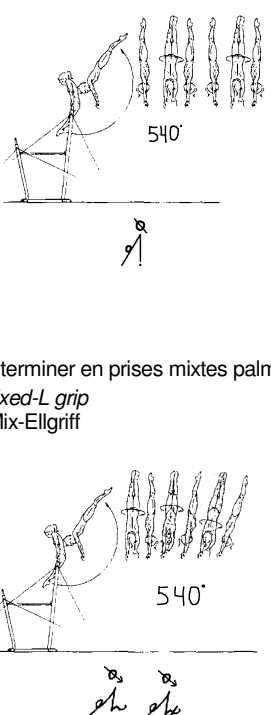

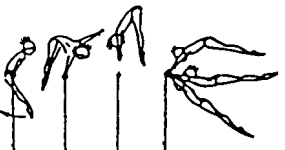
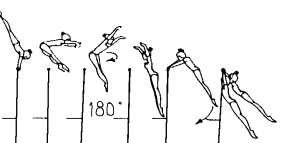

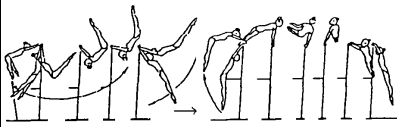

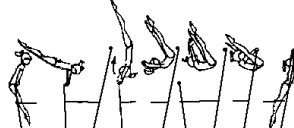

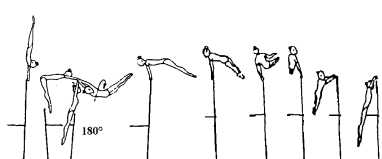

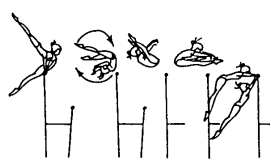


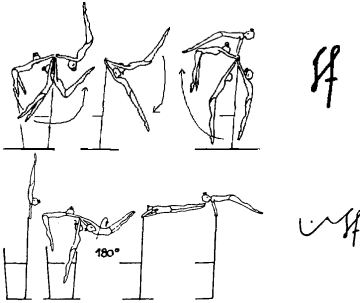
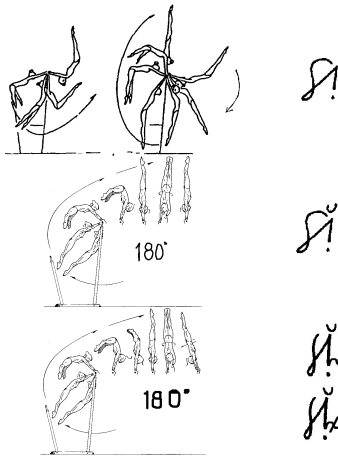
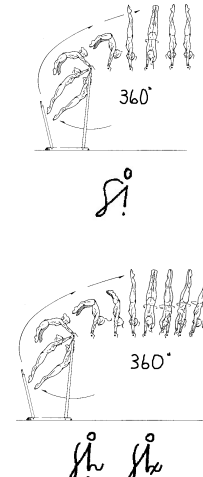
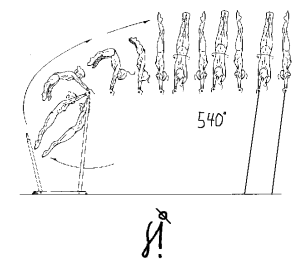
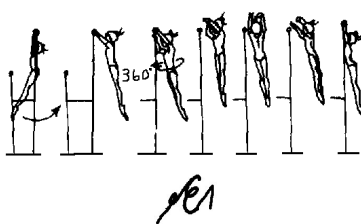
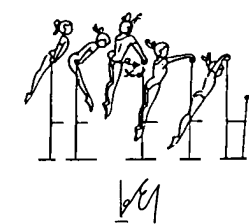
2.000 ÉLANS EN ARRIÈRE, CONTRE-MOUVEMENTS — CASTS, COUNTER SWINGS — RÜCKSCHWÜNGE-KONTERSCHWÜNGE

A	B	C	D	E — Super E
<p>2.101</p>	<p>2.201 *</p> <p>Elan en arr. à l'atr avec jambes écartées (corps carpé) ou jambes serrées (corps tendu), aussi en sautant, pour terminer en prises palm. ou cub. dans la phase d'atr</p> <p><i>Cast to handstand with legs straddled (hips bent) or together (hips extended), also with hop-change to reverse or L grip in handstand phase</i></p> <p>Rückschwung i.d. Handstand mit gegrätschten Beinen (gebeugter Hüfte) oder geschlossenen Beinen (gestreckter Hüfte), auch mit Umspringen i.d. Kammgriff oder Ellgriff i.d. Handstandphase</p>  <p>Elan en arr. à l'atr avec ½ tour (180°) dans la phase d'atr</p> <p><i>Cast to handstand with ½ turn (180°) in handstand phase</i></p> <p>Rückschwung i.d. Handstand mit ½ Dre. (180°) i.d. Handstandphase</p> <p>(Mirgorodskaia)</p> <p>... pour terminer en prises cub.</p> <p>... to L grip</p> <p>... i.d. Ellgriff</p> 	<p>2.301 *</p> <p>Elan en arr. à l'atr avec 1/1 tour (360°) dans la phase d'atr</p> <p><i>Cast to handstand with 1/1 turn (360°) in handstand phase</i></p> <p>Rückschwung i.d. Handstand mit 1/1 Dre. (360°) i.d. Handstandphase</p>  <p>(Pacheco)</p> <p>...en sautant en prises palm. et 1/1 tour (360°) pour terminer en prises mixtes palm. cub.</p> <p>...with hop-change to reverse grip and 1/1 turn (360°) to mixed-L grip</p> <p>...mit Umspringen i.d. Kammgriff und 1/1 Dre. (360°) i.d. Mix-Ellgriff</p>	<p>2.401 *</p> <p>Elan en arr. à l'atr avec 1½ tour (540°) dans la phase d'atr</p> <p><i>Cast to handstand with 1½ turn (540°) in handstand phase</i></p> <p>Rückschwung i.d. Handstand mit 1½ Dre. (540°) i.d. Handstandphase</p>  <p>(Miller)</p> <p>...pour terminer en prises mixtes palm. cub.</p> <p>...to mixed-L grip</p> <p>...i.d. Mix-Ellgriff</p>	<p>2.501</p> <div data-bbox="1563 1193 2087 1401"> <p>*Pour finir à n'importe quelle prise: dorsale, palmaire, mixte, palmaire croisée, cubitale, mixte (palmaire-cubitale) – le même élément</p> <p>*To end in any grip: regular, reverse, mixed, cross, L or mixed-L – same element</p> <p>*Zu beenden in jedem Griff: Rist-, Kamm-, Zwie-, Kreuz, Ell oder Mix-Ell – das gleiche Element</p> </div>

2.000 ÉLANS EN ARRIÈRE, CONTRE-MOUVEMENTS — CASTS, COUNTER SWINGS — RÜCKSCHWÜNGE-KONTERSCHWÜNGE

A	B	C	D	E — Super E
<p>2.102</p>	<p>2.202</p> <p>Appui fac. bi – passé groupé, carpé, écarté libre par dessus bi avec changement de prises à la susp. bs <i>Front support on LB – free squat, stoop or straddle over LB with grip change to hang on HB</i> Stütz vl. am uH – freies Überbücken, -hocken oder -grätschen am uH mit Griffwechsel i.d. Hang am oH</p>  <p>Appui fac. bs – passé carpé avec envol ou élan arr. passé écarté libre en av. et ½ tour (180°) par-dessus bs à la susp. bs <i>Front support on HB – stoop with flight or free straddle forward over HB and ½ turn (180°) to hang on HB</i> Stütz vl. am oH – Überbücken mit Flugphase oder freies Übergrätschen vw. über d. oH und ½ Dre. (180°) i.d. Hang am oH</p>  	<p>2.302</p> <p>Susp. bs – élan en av. – contre-mouvement et passé écarté en arr. (passé écarté Schier) ou passé dors. (passé dors. Schier) par-dessus bs à la susp. ou susp. cub. bs <i>Hang on HB – uprise backward with straddle flight (Schier straddle) or with rear vault in flight (Schier Kehre) over HB to L hang or hang</i> Hang am oH – Schwungstemme mit Fluggrätsche (Schier-Grätsche) oder Flugkehre (Schier-Kehre) über d. oH i.d. Ellhang oder Hang am oH</p>   <p>Atr extérieur bi – salto av. écarté latéral à la susp. bs <i>Outer handstand on LB – salto roll forward in straddle position to catch HB in hang</i> Aussenseithandstand am uH – Saltorolle gegrätscht vw. i.d. Hang am oH</p> 	<p>2.402</p> <p>Appui fac. bi, face à bs – élan en arr. et salto av. à la susp. bs, aussi de l'appui fac. bi, dos à bs – salto av. à la susp. bs (salto Radochla) <i>Outer front support on LB – cast with salto roll forward to hang on HB, also from inner front support – Radochla roll to hang</i> Aussenseitstütz vl. am uH – Rückschwung mit Saltorolle vw. i.d. Hang am oH, auch aus dem Innenseitstütz vl. am uH – Radochlarolle i.d. Hang am oH</p>   <p>Atr bs – Grand tour en arr. av. avec ½ tour (180°), établissement en arrière et passé dors. sur la bs à la suspension (Jans-Kehre) <i>Hanstand on HB – Giant circle backward with ½ turn (180°), uprise backward with rear vault in flight over HB to hang (Jans-Kehre)</i> Handstand am oH – Riesenfelge rw. mit ½ Dre., Schwungstemme rw. mit Kehre über d. oH i.d. Hang am oH (Jans-Kehre)</p> 	<p>2.502</p> <p>Appui fac. bi, dos à bs – salto Radochla avec 1/1 tour (360°) à la susp. bs <i>Inner front support on LB – Radochla roll with 1/1 turn (360°) to hang on HB</i> Innenseitstütz vl. am uH – Radochlarolle mit 1/1 Dre. (360°) i.d. Hang am oH</p>  <p>Appui fac. bs – élan en arr. et salto av. écarté lat. à la susp. bs (salto Comaneci) <i>Front support on HB – cast with salto forward straddled to hang on HB (Comaneci Salto)</i> Stütz vl. am oH – Rückschwung mit Salto vw. gegrätscht i.d. Hang am oH (Comaneci Salto)</p> 

2.000 ÉLANS EN ARRIÈRE, CONTRE-MOUVEMENTS — CASTS, COUNTER SWINGS — RÜCKSCHWÜNGE-KONTERSCHWÜNGE

A	B	C	D	E — Super E
<p>2.103 Susp. bs — établissement à l'appui libre bs, aussi de l'atr bs ou — s'abaisser avec ½ tour (180°) et établissement à l'appui libre bs (établissement avec rotation) <i>Hang on HB — uprise backward to clear support on HB, also from handstand on HB or — swing down with ½ turn (180°) and uprise backward to clear support on HB (turning uprise)</i> Hang am oH — Schwungstemme i.d. freien Stütz am oH, auch vom Handstand am oH oder — Abschwngen mit ½ Dre. (180°) und Schwungstemme i.d. freien Stütz am oH</p> 	<p>2.203 * Susp. bs — établissement à l'atr bs, aussi avec ½ tour (180°) dans la phase d'atr <i>Hang on HB — uprise backward to handstand on HB, also with ½ turn (180°) in handstand phase</i> Hang am oH — Schwungstemme i.d. Handstand auf d. oH, auch mit ½ Dre. (180°) i.d. Handstandphase</p> 	<p>2.303 * Susp. bs — établissement à l'atr bs avec 1/1 tour (360°) dans la phase d'atr <i>Hang on HB — uprise backward to handstand on HB with 1/1 turn (360°) in handstand phase</i> Hang am oH — Schwungstemme i.d. Handstand auf d. oH mit 1/1 Dre. (360°) i.d. Handstandphase</p> 	<p>2.403 * Susp. bs — établissement à l'atr bs avec 1 ½ tour (540°) dans la phase d'atr (Reeder) <i>Hang on HB — uprise backward to handstand with 1 ½ turn (540°) in handstand phase (Reeder)</i> Hang am oH — Schwungstemme i.d. Handstand mit 1 ½ Dre. (540°) i.d. Handstandphase (Reeder) (Reeder) ...pour terminer en prise dorsale ...to regular grip ...i.d. Ristgriff</p> 	<p>2.503</p>
<p>2.104</p>	<p>2.204 Susp. bs — élan en arr. avec 1/1 tour (360°) à la susp. bs <i>Hang on HB — swing backward with release and 1/1 turn (360°) to hang on HB</i> Hang am oH — Rückschwung mit 1/1 Dre. (360°) i.d. Hang am oH</p> 	<p>2.304 De l'appui fac. bs — élan en arr. avec 1/1 tour (360°) à la susp. bs (pirouette Caslavska) <i>From front support on HB — swing backward with release and 1/1 turn (360°) to hang on HB (Caslavka Pirouette)</i> Auch aus dem Aussenseitstütz vl. am oH — Rückschwung mit 1/1 Dre. (360°) i.d. Hang am oH (Caslavka Pirouette)</p> 	<p>2.404</p>	<p>2.504</p> <div data-bbox="1579 965 2094 1173"> <p>*Pour finir à n'importe quelle prise: dorsale, palmaire, mixte, palmaire croisée, cubitale, mixte (palmaire-cubitale) — le même élément *To end in any grip: regular, reverse, mixed, cross, L or mixed-L — same element *Zu beenden in jedem Griff: Rist-, Kamm-, Zwie-, Kreuz, Ell oder Mix-Ell — das gleiche Element</p> </div>