

BARRE FIXE

	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	0,6
Élans en suspension	Dégagé	Dégagé à l'horizontal	Balancé avant au dessus de l'horizontal	Reta à l'ATR avec ou sans ½ tour	Reta à l'ATR avec 1 tour ou 1 tour et ½	Lune, 1 bras
		Prise d'élan à l'horizontal	Balancé arrière au dessus de l'horizontal	Soleil	Lune avec 1 tour ou 1 tour et ½	Soleil, 1 bras
		Balancé avant à l'horizontal		Lune	Lune sauté	Soleil avec 1 tour et ½ ou +, avec ou sans sauté
	Prise d'élan	Balancé arrière à l'horizontal	Bascule	Soleil sauté (palmaire)	Soleil tour	
		Changement de prise (2 balancés)	Bascule fixe	Bascule fixe à l'ATR	Lune (cubitale)	Lune tour (cubitale)
			Reta	Reta sauté (cubitale)	Élan circulaire alder	Alder, renversé ou ½ ou tour
lâcher				Bascule couper écart	Soleil sauté avec ou sans ½ tour	Élancer arrière et tour
						Soleil sauté avec tour ou +
					Lune sauté avec ou sans ½ tour	Markelov
				Élan circulaire avant passage écart	Élan circulaire carpé avant passage écarté par appui renversé	Élan circulaire carpé avant passage écarté par appui renversé et ½tour
						Tkatchev
					360	Tkatchev d'un élément près de la barre
					Coupé dorsal + ¼ tour	Jager
					Voronin	Gienger
					Coupé écart	Kovacs
Changement de face	½ tour à l'arrêt	Filet ½ tour	Balancé ½ tour au dessus de la barre	Lune à l'ATR avec ½ tour	Passe fil, ½ tour (cubitale)	Soleil, tour et ½ (cubitale)
	Pieds mains ½ tour	Pieds mains ½ tour à l'horizontale		Soleil à l'ATR avec ½ tour	Lune à l'ATR avec ½ tour (cubitale)	
		Balancé ½ tour			Prise d'élan à l'ATR avec ½ tour	Établissement arrière (cubitale) et sauté (palmaire) ou avec ½ tour
Éléments près de la barre	Tour d'appui jambes tendues	Tour d'appui corps tendu	Élan circulaire arrière écart à l'ATR	Élan circulaire arrière serrées à l'ATR	Weller	Endo serrées avec ½ tour ou +
		Filet par endo ou stralder			Endo écart, élan circulaire libre avant par l'appui renversé	Endo écart avec tour ou tour et ½
		Filet au dessus de l'horizontale		Passe file à l'ATR, sauté ou non	Endo écart avec ½ tour	
	Traction enroulé groupé	Tour d'appui avant jambes tendu			Stalder écart, élan circulaire libre avant par l'appui renversé	Stalder serrées ou avec ½ tour ou +
		Tour d'appui libre	Élan circulaire avant à l'ATR	Stalder écart avec ½ tour		
	Filet		Traction enroulé avec ou sans élan		Stalder sauté à l'appui renversé	Stalder écart avec tour ou tour et ½
					Stalder serrées sauté à l'appui renversé	
	Pieds mains filet		Pieds mains filet au dessus de l'horizontale	De l'appui ou de l'arrière, stralder	Passe fil, ½ tour ou plus	Weller avec ½ tour ou +
		De l'avant endo		Élan circulaire à l'ATR avec ½ tour	Élan circulaire à l'ATR avec tour	
Sortie	Repoussé arrière	Repoussé arrière, épaule au dessus de la barre	Repoussé par soleil	Salto arrière capé ou tendu ½ ou tour	Salto arrière carpé ou tendu, tour et ½ ou double tours	Double arrière tendu
	Filée avant	Filée, bassin au dessus de la barre	Salto avant carpé ou tendu	Pied main ou filée salto	Double arrière groupé ou carpé	Double arrière tour ou +
		Filée ou pied main ½ tour	Salto arrière tendu	poisson avec ou sans ½ tour	Straumann	Straumann tour
				Salto avant capé ou tendu ½ ou tour	Pied main ou filée salto ½ tour	Salto avant tendu double tours ou +
				Salto arrière tendu par soleil	Salto avant tendu tour ou tour et ½	Double avant avec ou sans ½ tour ou +
						Double avant au dessus de la barre avec ou sans ½ tour