


Passage de la gym 004 aux barres

Sens du mouvement 

EC2

6.1

Ballade

EC4 + EC5

6.5 + 0.50

Tour AR libre
à l'ATR

EC3


Bascule faciale
BI



Elan circulaire
en AR jbes
fléchies

EC1

6.2 + 0.50

Retrait



Bascule faciale
BI



Elan circulaire
en AR jbes
fléchies



Bascule faciale
BS



6.5 + 0.50
Soleil



6.7
Sortie Echappe BS
Salto AR tendu

= 9 éléments