
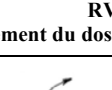






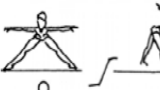



























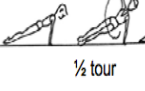


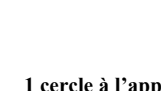


Nom :	Prénom :	N° candidat :
-------	----------	---------------

Entourer et numéroté les éléments dans l'ordre d'apparition dans l'enchaînement
(° = Maintien 2'', ROT = Rotation, RV = Renversement)

SOL	A = 0,4 point	B = 0,6 point	C = 0,8 point	D = 1 point
1 ATR	 RV Placement du dos départ accroupi	 RV Placement du dos départ à genou	 RV Placement du dos jambes tendues	 RV ATR en force
2 ATR	 ATR RV	 ATR + Valse (1/2 tour) RV	 Healy RV	 ATR + 2 valse (1 tour) RV
3 SP	 Planche faciale	 Chandelle	 Planche costale ou Y ou Planche faciale	 Grand écart ou écrasement facial
4 ST	 Saut vertical appel réception 2 pieds	 Saut vertical 1/2 tour	 1 tour	 1 tour 1/2
5 ST	 Saut groupé genoux poitrine	 Ciseaux de jambes	 Saut carpié jambes écartées	 carpié jambes serrées
6 AC	 Roulade avant ROT	 Roulade AV jambes écartées tendues ROT	 Roulade AV jambes tendues serrées ROT	 Ange ROT
7 AC	 Roulade AV puis placement de dos RV	 ATR roulade RV	 Saut de mains RV	 Salto avant ROT
8 AC	 Roulade AR écart ROT	 Roulade AR groupée ROT	 Roulade AR jambes tendues serrées ROT	 Roulade AR à l'ATR RV
9 AC	 Roue RV	 Rondade RV	 Flic Flac Arrière RV	 Salto arrière ROT
10 SP	 1/2 tour	 1/2 tour + 1/2 tour	 1/2 cercle	 1 cercle à l'appui

DIFFICULTE /6					+	EXCUTION /10	+	PROJET /4	=	NOTE /20
A = 0,4 x =	B = 0,6 x =	C = 0,8 x =	D = 1 x =	TOTAL =						