

Nom de l'athlète : _____

#	Facteur	Note	Commentaire
Tests acrobatique - Voltige			
	Total	#REF!	
1	Saut en hauteur (50%)		
	La position de départ "squat statique" : Le tronc est droit, les jambes ont un angle de 90 degrés	1	Critères = 50% de la note
	Préparation au saut : L'athlète garde la position "squat statique" (pas d'approfondissement du squat)	2	
	Le saut est à la verticale	1	
	Le tronc reste droit lors du saut verticale, abdominaux engagés	1	
	Hauteur du saut (centimètres) - voir grille ci-jointe		Hauteur du saut (centimètres) = 50% de la note
	Total	5	
2	Équilibre (50%)		
	Position de départ : l'athlète a le tronc droit, abdominaux contractés, jambes en extension	1	Hauteur du saut (centimètres) = 50% de la note
	Le tronc de l'athlète reste à la verticale lors du fouetté et de la prise de la jambe	2	
	La jambe est à moins de 30 degrés du visage	2	
	Les jambes sont en extension, le pied de la jambe droite pointé	1	
	L'athlète maintient la position pendant 1x8 temps	1	
	L'athlète est solide tout le long de l'évaluation (pas de mouvement autre, perte d'équilibre, etc.)	3	
	Total	10	
	TOTAL		

Hauteur saut verticale	
1ère	Points
	100,00
	99,50
	99,00
	98,50
	98,00
	97,50
	97,00
	96,50
	96,00
	95,50
	95,00
	94,50
	94,00
	93,50
	93,00
	92,50
	92,00
	91,50
	91,00
	90,50
	90,00
	89,50
	89,00
	88,50
25e	88,00