

Roulade avant sur l'épaule  Tenté En apprentissage Maîtrisé	De la station, réception sur les mains sur tapis épais  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Réception à plat sur le dos sur tapis épais  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Pas d'appel en puissance  Tenté En apprentissage Maîtrisé
Déplacements en suspension  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Trépiéd roulade avant  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Impulsion du sol, roulade avant sur plan incliné descendant (hauteur taille)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Entrée par renversement - hauteur poitrine (élan d'une jambe)  Tenté En apprentissage Maîtrisé
Roulade arrière à la station  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Saut 1/1 tour  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Roue latérale  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Course, sauter sur un engin – hauteur taille (avec tremplin, sans mains)  Tenté En apprentissage Maîtrisé
Impulsion jambes et antépulsion bras à l'appui facial (hauteur taille)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Siège équerre groupée  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Chandelles  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Appui tendu renversé (ATR)  Tenté En apprentissage Maîtrisé
3 balancés à 45°, réception à la fin de l'élan arrière  Tenté En apprentissage Maîtrisé	3 balancés en appui transversal  Tenté En apprentissage Maîtrisé	3 prises d'élan – hanches décollent de la barre  Tenté En apprentissage Maîtrisé	3 balancés de fond avec bloc (hauteur genoux)  Tenté En apprentissage Maîtrisé

[illegible]

La prochaine session dans: (niveau de l'écusson)



Heure: