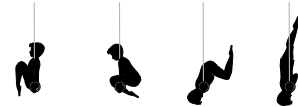
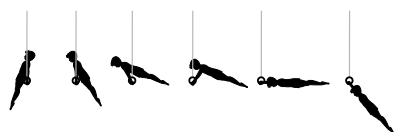
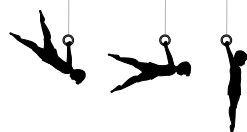
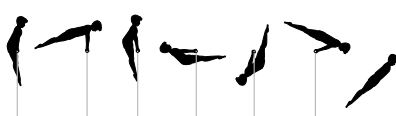


Saut de mains 1 ^e jambe, Saut de mains 2 jambes	Salto avant, réception 1 ^e jambe	Salto arrière d'une hauteur (avec aide)	Rondade, flic flac
			
TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé
Balancés engagés-dégagés à droite et à gauche	5 cercles de jambes sur champignon	2 boucles – sans arçons	De l'appui manuel groupé, monter en force à l'ATR sur épaules
			
TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé
lan arrière de l'appui manuel, pieds hauteur des anneaux	Descente par la planche dorsale à la suspension bras en rétropulsion (avec aide)	Traction à l'appui manuel (avec aide)	1/2 tour 1 ^e envol (avec tremplin)
			
TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé
1/2 tour 2 ^e envol (avec tremplin)	1/1 tour réception dos sur tapis	De l'appui équerre, monter en force à l'ATR sur les épaules	Suspension mi-renversée carpée d'un balancé en appui transversal
			
TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé
Établissement avant au balancé en appui manuel	Longue bascule (avec aide)	Tour d'appui arrière à balancé	Soleil avec sangles (avec aide)
			
TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé	TentéEn apprentissageMaîtrisé

[illegible]

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



Heure: