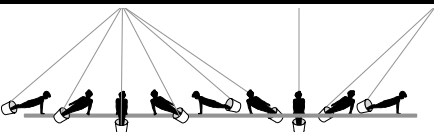
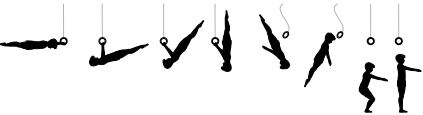
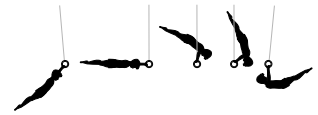
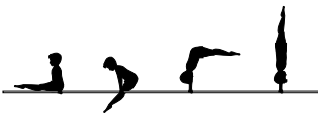
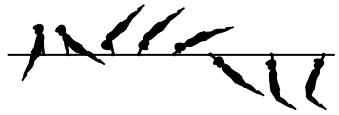
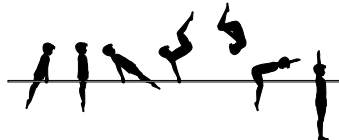


Saut de mains, Salto avant  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Série au choix avec ou sans salto  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Rondade, Flic flac, Salto arrière  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Rondade whip ou salto tendu  Tenté En apprentissage Maîtrisé
10 cercles des jambes sur champignon  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Pivot avec sceau (sans arçons)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Sortie salto arrière tendu (avec aide)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Dislocation avant ou arrière  Tenté En apprentissage Maîtrisé
ATR (pieds sur câbles)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Traction à l'appui manuel  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Éducatif Tsukahara sur tapis (hauteur cheval)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Éducatif Yurchenko sur tapis (hauteur cheval)  Tenté En apprentissage Maîtrisé
Saut de main 1/1 (2^e envol)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	De l'appui équerre, monter en force à l'ATR (avec aide)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Sur parallèles, ATR 1/2 tour  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Long balancé d'un balancé en appui transversal  Tenté En apprentissage Maîtrisé
Sortie salto arrière (avec aide)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Soleil avec sangles  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Sortie salto arrière (fosse ou avec aide)  Tenté En apprentissage Maîtrisé	Longue bascule  Tenté En apprentissage Maîtrisé

Commentaires:

Nom de l'entraîneur: _____

Veillez inscrire: (nom)

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



Écusson 12 : Hommes
Or

Nom: _____

Date de la session: _____

Heure: