



**COUPE FORMATION NIVEAU 1  
FICHE D'ATELIER  
ZONE SUD OUEST**

**Nom, Prénom :** .....

**Date de naissance :** ..... / .....

TESTS PHYSIQUES	Performance	Points
Course de 20 m		
Saut en longueur		
Fermeture tronc jambe		
TOTAL PHYSIQUE		



**COUPE FORMATION NIVEAU 1  
FICHE D'ATELIER  
ZONE SUD OUEST**

**Nom, Prénom :** .....

**Date de naissance :** ..... / .....

TESTS PHYSIQUES	Performance	Points
Course de 20 m		
Saut en longueur		
Fermeture tronc jambe		
TOTAL PHYSIQUE		



**COUPE FORMATION NIVEAU 1  
FICHE D'ATELIER  
ZONE SUD OUEST**

**Nom, Prénom :** .....

**Date de naissance :** ..... / .....

TESTS PHYSIQUES	Performance	Points
Course de 20 m		
Saut en longueur		
Fermeture tronc jambe		
TOTAL PHYSIQUE		

