

FEUILLES DE CTS BARRES - NIVEAU HONNEUR

|             |                                 |          |               |          |                                      |                         |
|-------------|---------------------------------|----------|---------------|----------|--------------------------------------|-------------------------|
| Nom         | Max 7 éltis pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C         | Nbr B    | Nbr A                                | VD : .....// 1.20       |
| EC 5 x 0.50 | Entrée en A                     | RL ou RT | Travail en AP | S/A ou B | Sortie A : 0.30<br>Sortie B/+ : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                 |          |               |          |                                      | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 7 éltis pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C         | Nbr B    | Nbr A                                | VD : .....// 1.20       |
| EC 5 x 0.50 | Entrée en A                     | RL ou RT | Travail en AP | S/A ou B | Sortie A : 0.30<br>Sortie B/+ : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                 |          |               |          |                                      | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 7 éltis pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C         | Nbr B    | Nbr A                                | VD : .....// 1.20       |
| EC 5 x 0.50 | Entrée en A                     | RL ou RT | Travail en AP | S/A ou B | Sortie A : 0.30<br>Sortie B/+ : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                 |          |               |          |                                      | ND = .....// NE = ..... |

## FEUILLES DE CTS BARRES - NIVEAU ESPOIR

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C           | Nbr B    | Nbr A                                | VD :.....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|----------|-----------------|----------|--------------------------------------|------------------|
| EC 5 x 0.50 | Entrée en B                    | RL ou RT | 1 Changmt Barre | S/A ou B | Sortie B : 0.30<br>Sortie C/+ : 0.50 | EC :.....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C           | Nbr B    | Nbr A                                | VD :.....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|----------|-----------------|----------|--------------------------------------|------------------|
| EC 5 x 0.50 | Entrée en B                    | RL ou RT | 1 Changmt Barre | S/A ou B | Sortie B : 0.30<br>Sortie C/+ : 0.50 | EC :.....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C           | Nbr B    | Nbr A                                | VD :.....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|----------|-----------------|----------|--------------------------------------|------------------|
| EC 5 x 0.50 | Entrée en B                    | RL ou RT | 1 Changmt Barre | S/A ou B | Sortie B : 0.30<br>Sortie C/+ : 0.50 | EC :.....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....

## FEUILLES DE CTS BARRES - NIVEAU EXCELLENCE

|             |                                |          |                     |                   |                                    |                         |
|-------------|--------------------------------|----------|---------------------|-------------------|------------------------------------|-------------------------|
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C               | Nbr B             | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | Bascule BS ou BI               | RL ou RT | 1 Chgmt Barre min C | Elts BS ≠ Bascule | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |          |                     |                   |                                    | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C               | Nbr B             | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | Bascule BS ou BI               | RL ou RT | 1 Chgmt Barre min C | Elts BS ≠ Bascule | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |          |                     |                   |                                    | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D    | Nbr C               | Nbr B             | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | Bascule BS ou BI               | RL ou RT | 1 Chgmt Barre min C | Elts BS ≠ Bascule | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |          |                     |                   |                                    | ND = .....// NE = ..... |

## FEUILLES DE CTS POUTRE - NIVEAU HONNEUR

|             |                                 |       |              |            |                                        |                         |
|-------------|---------------------------------|-------|--------------|------------|----------------------------------------|-------------------------|
| Nom         | Max 7 éltis pris dans la grille | Nbr D | Nbr C        | Nbr B      | Nbr A                                  | VD : .....// 1.20       |
| EC 5 x 0.50 | Entrée A min                    | Pivot | 1 Saut A min | 1 ELT ACRO | Sortie A : 0.30<br>Sortie B / + : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                 |       |              |            |                                        | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 7 éltis pris dans la grille | Nbr D | Nbr C        | Nbr B      | Nbr A                                  | VD : .....// 1.20       |
| EC 5 x 0.50 | Entrée A min                    | Pivot | 1 Saut A min | 1 ELT ACRO | Sortie A : 0.30<br>Sortie B / + : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                 |       |              |            |                                        | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 7 éltis pris dans la grille | Nbr D | Nbr C        | Nbr B      | Nbr A                                  | VD : .....// 1.20       |
| EC 5 x 0.50 | Entrée A min                    | Pivot | 1 Saut A min | 1 ELT ACRO | Sortie A : 0.30<br>Sortie B / + : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                 |       |              |            |                                        | ND = .....// NE = ..... |

## FEUILLES DE CTS POUTRE - NIVEAU ESPOIR

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D | Nbr C        | Nbr B                     | Nbr A                              | VD : .....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|-------|--------------|---------------------------|------------------------------------|-------------------|
| EC 5 x 0.50 | Entrée B min                   | Pivot | 1 Saut B min | 2 Acro (Av ou Lat et Arr) | Sortie B : 0.30<br>Sortie C ou + : | EC : .....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D | Nbr C        | Nbr B                     | Nbr A                                 | VD : .....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|-------|--------------|---------------------------|---------------------------------------|-------------------|
| EC 5 x 0.50 | Entrée B min                   | Pivot | 1 Saut B min | 2 Acro (Av ou Lat et Arr) | Sortie B : 0.30<br>Sortie C /+ : 0.50 | EC : .....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D | Nbr C        | Nbr B                     | Nbr A                              | VD : .....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|-------|--------------|---------------------------|------------------------------------|-------------------|
| EC 5 x 0.50 | Entrée B min                   | Pivot | 1 Saut B min | 2 Acro (Av ou Lat et Arr) | Sortie B : 0.30<br>Sortie C ou + : | EC : .....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....

## FEUILLES DE CTS POUTRE - NIVEAU EXCELLENCE

|             |                                |                           |                 |                           |                                    |                         |
|-------------|--------------------------------|---------------------------|-----------------|---------------------------|------------------------------------|-------------------------|
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                     | Nbr C           | Nbr B                     | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | Pivot 1 JAMBE                  | Série Saut (1 Saut Min C) | SA (2elts id/≠) | 2 Acro (Av ou Lat et Arr) | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |                           |                 |                           |                                    | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                     | Nbr C           | Nbr B                     | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | Pivot 1 JAMBE                  | Série Saut (1 Saut Min C) | SA (2elts id/≠) | 2 Acro (Av ou Lat et Arr) | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |                           |                 |                           |                                    | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                     | Nbr C           | Nbr B                     | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | Pivot 1 JAMBE                  | Série Saut (1 Saut Min C) | SA (2elts id/≠) | 2 Acro (Av ou Lat et Arr) | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |                           |                 |                           |                                    | ND = .....// NE = ..... |

## FEUILLES DE CTS SOL - NIVEAU HONNEUR

|             |                                |                   |           |                    |                |                         |
|-------------|--------------------------------|-------------------|-----------|--------------------|----------------|-------------------------|
| Nom         | Max 7 élts pris dans la grille | Nbr D             | Nbr C     | Nbr B              | Nbr A          | VD :.....// 1.20        |
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | 2 acros de sens ≠ | 2 sauts ≠ | 1 elt de souplesse | 1 SA de 2 élts | EC :.....// 2.50        |
|             |                                |                   |           |                    |                | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 7 élts pris dans la grille | Nbr D             | Nbr C     | Nbr B              | Nbr A          | VD :.....// 1.20        |
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | 2 acros de sens ≠ | 2 sauts ≠ | 1 elt de souplesse | 1 SA de 2 élts | EC :.....// 2.50        |
|             |                                |                   |           |                    |                | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 7 élts pris dans la grille | Nbr D             | Nbr C     | Nbr B              | Nbr A          | VD :.....// 1.20        |
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | 2 acros de sens ≠ | 2 sauts ≠ | 1 elt de souplesse | 1 SA de 2 élts | EC :.....// 2.50        |
|             |                                |                   |           |                    |                | ND = .....// NE = ..... |

FEUILLES DE CTS SOL - NIVEAU ESPOIR

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                     | Nbr C                | Nbr B                                  | Nbr A                                  | VD : .....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|---------------------------|----------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|-------------------|
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | SA dont 2 élts avec envol | 1 Acro AV/LAT et ARR | Passage Gym<br>(1er saut Recep 1 pied) | Sortie B : 0.30<br>Sortie C / + : 0.50 | EC : .....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                     | Nbr C                | Nbr B                                  | Nbr A                                  | VD : .....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|---------------------------|----------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|-------------------|
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | SA dont 2 élts avec envol | 1 Acro AV/LAT et ARR | Passage Gym<br>(1er saut Recep 1 pied) | Sortie B : 0.30<br>Sortie C / + : 0.50 | EC : .....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....

| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                     | Nbr C                | Nbr B                                  | Nbr A                                  | VD : .....// 2.00 |
|-------------|--------------------------------|---------------------------|----------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|-------------------|
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | SA dont 2 élts avec envol | 1 Acro AV/LAT et ARR | Passage Gym<br>(1er saut Recep 1 pied) | Sortie B : 0.30<br>Sortie C / + : 0.50 | EC : .....// 2.50 |

ND = .....// NE = .....



## FEUILLES DE CTS SOL - NIVEAU EXCELLENCE

|             |                                |                                 |                          |                                           |                                    |                         |
|-------------|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------|
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                           | Nbr C                    | Nbr B                                     | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | SA 2élt ac envol (dont 1 salto) | 2 Acros Av ou Lat et Arr | Passage Gym (1er Recep 1 pd + Ecart 180°) | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |                                 |                          |                                           |                                    | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                           | Nbr C                    | Nbr B                                     | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | SA 2élt ac envol (dont 1 salto) | 2 Acros Av ou Lat et Arr | Passage Gym (1er Recep 1 pd + Ecart 180°) | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |                                 |                          |                                           |                                    | ND = .....// NE = ..... |
| Nom         | Max 8 élts pris dans la grille | Nbr D                           | Nbr C                    | Nbr B                                     | Nbr A                              | VD : .....// 3.00       |
| EC 5 x 0.50 | 1 Pivot                        | SA 2élt ac envol (dont 1 salto) | 2 Acros Av ou Lat et Arr | Passage Gym (1er Recep 1 pd + Ecart 180°) | Sortie C : 0.30<br>Sortie D : 0.50 | EC : .....// 2.50       |
|             |                                |                                 |                          |                                           |                                    | ND = .....// NE = ..... |