

Gymnastique au sol – Garçons AFLP 1 et 2

A	Garçons 0.20	B	Garçons 0.40	C	Garçons 0.50	D	Garçons 0.70	Val	Garçons divers
1 NA		1 NA		1 NA	 De l'appui facial à l'appui dorsal (cercle)	1 NA		A NA	
2 NA		2 NA		2 NA		2 NA		B NA	
3 NA		3 NA		3 NA		3 NA		C NA	
4 NA		4 NA		4 NA		4 NA		D NA	
5 AV		5 AV		5 AV		5 AV		C NA	
6 AV		6 AV		6 AV		6 AV		D AV	
7 AR/L		7 AR/L		7 AR/L		7 AR/L		D AR/L	
8 AR/L		8 AR/L		8 AR/L		8 AR/L		C AR/L	
9 AT R		9 AT R		9 AT R		9 AT R		D ATR	
10 AT R		10 AT R		10 AT R		10 AT R		C ATR	

Difficultés + Espaces et	Exécution	Exigences
/ 7	/ 4	/ 1

Ecriture de son enchaînement : (si vous n'avez pas suffisamment de place, vous pouvez utiliser le dos de la feuille)

Dessiner le trajet sur le tapis.