

POLE DEVELOPPEMENT

COLLEGE 1

COLLEGE 2

FILLE

MIXTE

POUTRE FILLES



Ville/ Académie :

Collège / Lycée :

Nom Prénom :

**CODE UNSS
2016 - 2020**

Projet d'enchaînement

Difficultés	A = 0,40	B = 0,60	C = 0,80	D = 1,00
1				
2				
SM 3				
T 4				
LG 5				
AC 8				
9				
10				

Note D	Difficultés
.....	D x 1,00 =
.....	C x 0,80 =
.....	B x 0,60 =
.....	A x 0,40 =

Note sur 4 :

Seulement 6 éléments pris en compte

Exigences de Composition		
SM	Souplesse ou Maintien	1 pt
T	Tour	1 pt
LG	Liaison Gym. de 2 sauts	1 pt
AC	1 élément ACrobatique	1 pt

Note sur 4 :

Note E	Exécution
	10,00
-

Note sur 10 :

Note D	Difficultés	/ 4
	Exigences de Composition	/ 4
Note E	Exécution	/10
	Pénalités	-
TOTAL =		/18

Note

Finale