TESTS GYMNASTIQUE ACROBATIQUE

Nom	Prénom	Formation. - Duo - Trio - Quatuor Voltigeur Porteur	CLUB

ELEMENTS INDIVIDUEL	Non réalisé	Etudié	En Cours	Acquis
ROULADE AVANT ET ROULADE ARRIERE + ROULADE AVANT ELEVEE				
PLANCHE				
ATR ET ATR ROULADE				
PLACEMENT DU DOS JAMBES GROUPEE				
POIRIER				
Y JAMBE GAUCHE OU DROITE				
GRAND ECART + ECART FACIAL				
SOUPLESSE AVANT ET SOUPLESSE ARRIERE				
EQUERRE GROUPEE (EQUERRE TENDUE)				
DYNAMIQUES TRAVAIL PAR FORMATION				
TRAVAIL SUR LES LINKS				
TRAVAIL SUR LA COORDINATION ET TRAVAIL SUR LA SYNCRONISATION				
TRAVAIL SUR LES PRISES CARREES SUR LE COTE A COTE ET LE FACE A FACE				
TRAVAIL SUR LE PLACEMENT VOLTIGEUR ET DIFFERENTES ROTATIONS				
ELEMENTS DE TUMBLING				
ROUE DEPART FENTE ARRIVEE FENTE				
RONDADE + RONDADE DEMI – RONDADE				
(RONDADE FLIP - VOIR SALTO)				
SAUT DE MAIN				
(FLIP AVANT)				