



SYNCHRO NAT

**SYNCHRO D'OR**

PARCOURS A SEC

DATE

**ANSWER** The answer is 1000.

LIEU

**ANSWER** The answer is 1000.

## EVALUATION FONDAMENTALE



## **SYNCHRO NAT**

## **SYNCHRO OR**

PARCOURS A SEC

DATE

**ANSWER**

LIEU

--

NOM DE  
L'EVALUATEUR

## **NOM DE L'ASSISTANT EVALUATEUR**


EVALUATION GLOBALE

## **CRITERES DE REUSSITE**

## Tonicité et maintien corporel / Vitesse et prolongement des mouvements / Coordination / Souplesse / Présence

VALIDATION

Ordre de passage

A

---

NA

OUI/NON



## **SYNCHRO NAT**

SYNCHRO D'OR

## **PROPULSION TECHNIQUE**

**DATE**

**ANSWER**

LIEU

**ANSWER**

## EVALUATION FONDAMENTALE

TACHES FONDAMENTALES	Double ballet leg par la tête	Rétropédalage costal 2 bras en l'air				V A L I D A T I O N	
CRITERES DE REUSSITE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jambes verticales et tendues</li> <li>- Genoux hors de l'eau (hauteur maintenue durant le déplacement)</li> <li>- Maintien de la position durant un déplacement continu sur 12,50 m</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alignement tête/tronc/bassin</li> <li>- Hauteur minimum sur les 12m50 menton hors de l'eau bras à la verticale</li> <li>- Maintien de la hauteur durant le 1/2 tour</li> <li>- Maintien de la position durant un déplacement continu sur 12,50 m</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dynamisme, énergie sur cette action</li> <li>- Jambes en surface sur le carpe</li> </ul>			
Ordre de passage	A	NA	A	NA	A	NA	OUI/NON



## **SYNCHRO NAT**

## **SYNCHRO OR**

# PROPULSION TECHNIQUE

DATE

**ANSWER**

LIEU

--

NOM DE  
L'EVALUATEUR

**ANSWER**

## NOM DE L'ASSISTANT EVALUATEUR

**ANSWER**

EVALUATION GLOBALE

VALDADITON

CRITERES DE REUSSITE

vitesse, régularité et contrôle de la trajectoire (parallèle au mur) /  
ement général / énergie - tonicité / hauteur générale : toutes les parties  
du corps en surface, en position horizontale / précision des positions

Ordre de passage

A

---

NA

**QUI/NON**



## **SYNCHRO NAT**

## **SYNCHRO D'OR JEUNE**

## TECHNIQUE

DATE

LIEU

**ANSWER**

## EVALUATION FONDAMENTALE



SYNCHRO NAT

## **SYNCHRO D'OR JEUNE**

## TECHNIQUE

DATE

**ANSWER**

LIEU

**ANSWER** The answer is 1000.

## EVALUATION GLOBALE



## **SYNCHRO NAT**

## **SYNCHRO D'OR JUNIOR**

# TECHNIQUE

DATE

**ANSWER**

LIEU

**ANSWER**

## EVALUATION FONDAMENTALE



## **SYNCHRO NAT**

## **SYNCHRO D'OR JUNIOR**

## TECHNIQUE

DATE

**ANSWER**

LIEU

**ANSWER** The answer is 1000.

EVALUATION GLOBALE



## **SYNCHRO NAT**

**SYNCHRO D'OR**

## **RELEVE DE NOTES**

DATE

--

## LIEU

--

JUGE-ARBITRE

For more information about the study, please contact Dr. John Smith at (555) 123-4567 or email him at [john.smith@researchinstitute.org](mailto:john.smith@researchinstitute.org).

ATELIER N°

100% of the time

## EVALUATION GLOBALE