

LES APSA

ACROGYM

Participants :

- Eva
- Cyprien
- Manon
- Benoît
- Oscar






Exigences :






1. Réaliser 10 pyramides différentes en moins de 3 minutes dans un ordre prévu,
2. Chacun doit passer au moins une fois à tous les rôles (Porteur, Voltigeur, Pareur).
3. Chacun doit participer à au moins 4 pyramides en tant que Porteur ou Voltigeur.
4. L'enchaînement devra être connu par cœur.

Valeur des pyramides :

	A	B	C	D
Performance (groupe, 5pts)	0,3	0,4	0,5	0,6
Maîtrise individuelle (4 pyramides annoncées, 10pts)	1,5	2	2,5	2,5

Composition :

	1	2	3	4	5
Code pyramide	DB8 	TB7 	TA4 	TB1 	TD1 
Porteur(s)	Benoît	Cyprien Oscar	Oscar	Eva Benoît Manon	Benoît Oscar
Voltigeur(s)	Oscar	Manon	Eva Cyprien	Eva Benoît	Eva
Pareur(s)	Manon Eva	Eva	Benoît	Cyprien	Manon

	6	7	8	9	10
Code pyramide	DA4 	DC6 	DA3 	DC2 	DB1 
Porteur(s)	Cyprien	Eva	Manon	Cyprien	Benoît
Voltigeur(s)	Oscar	Manon	Cyprien	Oscar	Manon
Pareur(s)	Manon	Oscar	Benoît	Eva	Eva

Entourer votre nom si vous souhaitez être évalué sur cette pyramide pour la partie maîtrise.