

LES APSA

ACROGYM

Participants :

- Eliot
- Nour (entourée 3 fois)
- Denevan
- Lylian
- Flavie
- Alexandre




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	TB7 	Duo Dyn B11	DB8 	DB11 	TD5 
Porteur(s)	Nour Eliot	Alexandre	Alexandre	Flavie	Alexandre Eliot
Voltigeur(s)	Flavie	Eliot	Eliot	Nour	Flavie
Pareur(s)	Denevan		Lylian	Denevan	Lylian

	6	7	8	9	10
Code pyramide	Duo Dyn B10	TB1 	TB8 	TA2 	Duo Dyn A03
Porteur(s)	Flavie Eliot	Alexandre Lylian	Flavie Nour	Flavie Eliot	Alexandre
Voltigeur(s)	Flavie Eliot	Nour	Eliot	Alexandre	Eliot
Pareur(s)		Flavie Eliot	Alexandre	Lylian Nour	

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