

Évaluation : Mars

Groupe: Précompétitif Lundi-vendredi

Alaa A	Samuel-Matéo E	Fatima F	Aidan F	Lily M	Toma T	Philippe P	Rayyane R	Mia V	Tudor T
--------	----------------	----------	---------	--------	--------	------------	-----------	-------	---------

### CRAWL

Tête fixe avec le visage dans l'eau	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
Jambes continues	Red	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
Mouvement des bras continus	Green	Red	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Red
Respiration avec la rotation des épaules	Red	Red	Red	Green	Green	Red	Red	Green	Red

### DOS

Tête fixe et à plat	Red	Green	Green	Green	Red	Green	Red	Green	Green
Battement de jambes continues	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
Mouvement de bras continus	Green	Red	Red	Green	Red	Red	Green	Green	Red
Recouvrement des bras allongés	Red	Green	Red	Green	Red	Red	Red	Green	Green

### BRASSE

Descente des genoux	Red	Green	Green	Green	Green	Red	Red	Green	Green
Pieds en crochets	Red	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
Pousser en faisant des demi-cercles	Green	Red	Green	Red	Red	Green	Red	Green	Red
Mouvement des jambes avec bras torpille	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Red	Green	Green

### PAPILLON

Le corps est haut et allongé sur l'eau	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
Descente des genoux	Red	Red	Red	Green	Red	Red	Red	Red	Red
Poussée des pieds vers le fond	Red	Red	Red	Green	Red	Red	Red	Red	Red
Les hanches sortent de l'eau à chaque battement	Green	Green	Red	Green	Green	Green	Red	Green	Green