

roannais
AGGLOMERATION



Carnet du nageur

Nom

Prénom

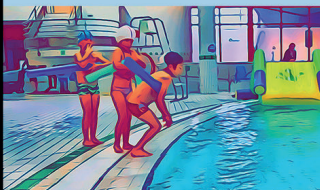
École

ENTRÉES

Descente assis du bord



Saut du bord avec matériel



Saut du plot avec matériel



Toboggan avec matériel



Saut du bord sans matériel



Saut du plot sans matériel



Toboggan sans matériel



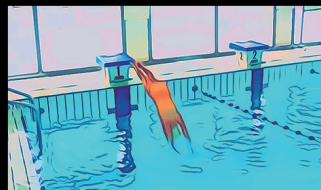
Bascule arrière



Plongeon du bord



Plongeon du plot

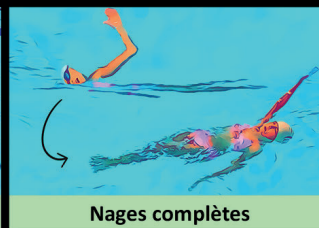
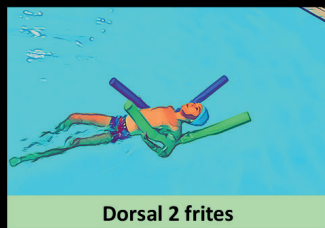
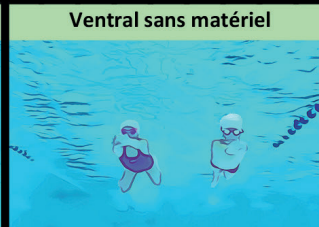
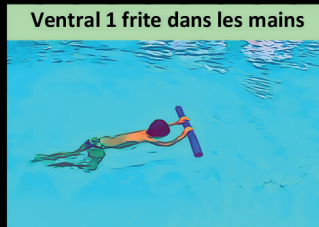


NOM.....

PRÉNOM.....

ÉCOLE.....

DÉPLACEMENTS

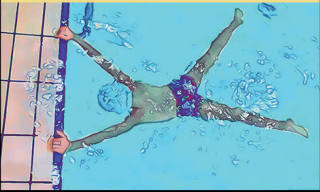
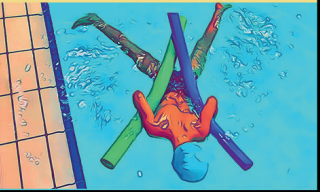





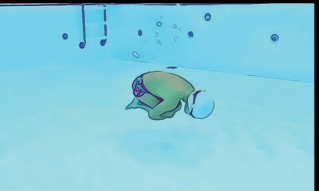




NOM.....

PRÉNOM.....

ÉCOLE.....

ÉQUILIBRES





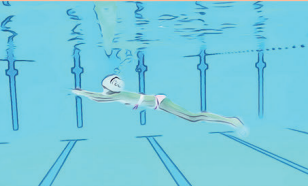



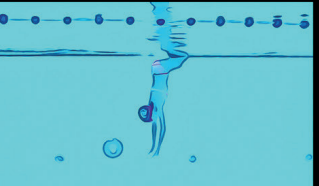

 <p>Ventral avec le mur</p>	 <p>Ventral avec 2 frites</p>	 <p>Ventral avec 1 frite</p>	 <p>Ventral sans matériel</p>	 <p>Dorsal avec 2 frites</p>
 <p>Dorsal avec 1 frite</p>	 <p>Dorsal sans matériel</p>	 <p>En boule</p>	 <p>Vertical</p>	 <p>Enchaînement V / D</p>

NOM.....

PRÉNOM.....

ÉCOLE.....

IMMERSIONS

 <p>Mouiller son visage</p>	 <p>Souffler avec la bouche</p>	 <p>Souffler avec le nez</p>	 <p>Immersion complète</p>	 <p>Passer sous une ligne d'eau</p>
 <p>Passer sous un tapis</p>	 <p>Perche moyenne profondeur</p>	 <p>Perche grande profondeur</p>	 <p>Plongeon canard</p>	 <p>Pirouette</p>

NOM.....

PRÉNOM.....

ÉCOLE.....