

# Es-tu loin de ta cible ?

**Sprint 5'' départ lancé** : 1<sup>er</sup> plot à 18m/ plots tous les 2 m/ 8<sup>e</sup> plot à 32m

**Lancer MB 2Kg** : 1<sup>er</sup> plot à 1m50/ plots tous les 1,50m/ 8<sup>e</sup> plot à 12 m

**Saut** 1<sup>er</sup> plot à 1,70m/ plots tous les 30 cm/ 8<sup>e</sup> plot à 3,80m

Notez vos cibles !

Entoure le record  
Et compare-le à la cible

Si le **total des scores de l'équipe**  
est inférieur à -15, chaque athlète a  
**1 point de +**

**Calcul de la note :**

Prénoms	SAUT								VITESSE								LANCER								Addition des 3 scores :	
	CIBLE	1	2	3	4	5	6	Ecart	CIBLE	1	2	3	4	5	6	Ecart	CIBLE	1	2	3	4	5	6	Ecart		
Addition des 3 plus petits écarts :									Addition des 3 plus petits écarts :									Addition des 3 plus petits écarts :								
Prénoms	CIBLE	1	2	3	4	5	6	Ecart	CIBLE	1	2	3	4	5	6	Ecart	CIBLE	1	2	3	4	5	6	Ecart	Addition des 3 scores :	
Addition des 3 plus petits écarts :									Addition des 3 plus petits écarts :									Addition des 3 plus petits écarts :								

Note sur 16 points Ecart à la cible		
16 pts	0	Très bonne maîtrise
15 pts	-1	
14 pts	-2	
13 pts	-3	Maîtrise satisfaisante
12 pts	-4	
11 pts	-5	
10 pts	-6	Maîtrise fragile
9 pts	-7	
8 pts	-8	
7 pts	-9	Non maîtrisé
6 pts	-10	
5 pts	-11	
4 pts	-12	
3 pts	-13	
2 pts	-14	
1 pt	-15	

Note sur 4 points Rôles sociaux		
Nbre de passages	Points	Maîtrise
4 ou +	4	TB maîtrise
3	3	Maîtrise satisfais
2	1-2	Maîtrise fragile
1	0	Non maîtrisé