

Ville / Académie :

Collège / Lycée :

Nom Prénom :

Code UNSS

Excellence

2016 - 2020

## Projet d'enchaînement

Difficultés		C = 0,4	D = 0,6	E = 0,8	F = 1,00
<b>ATR</b>	1				
	2				
<b>S/M / AP</b>	3				
	4				
<b>AC av</b>	5				
	6				
<b>AC ar</b>	7				
	8				
	9				
	10				

Note D	Seulement 6 éléments pris en compte			Note E	Exécution / 10 pts		
Difficultés / 6 pts	Exigences de Composition / 4 pts			10.00			
..... F X 1,00 = .....	<b>ATR</b>	élt avec Passage à l' <b>ATR</b>	1 pt	-			
..... E X 0,80 = .....			<b>S/M/AP</b>			élt de Souplesse ou Maintien ou <b>AP</b> pui	1 pt
..... D X 0,60 = .....							<b>AC av</b>
..... C X 0,40 = .....			<b>AC ar</b>			série <b>AC</b> rob. d'au moins 2 élt vers l'arrière dont 1 salto	
Note sur 6 :	Note sur 4 :			Note sur 10 :			
				Pénalités :	-		
				Note Finale			