

Programme OBE 1

1- ABSENCE ASSISE EN GROUPE

A VUE 1 MIN 25 m

30 pts = 10 pts Coef. 3

2- SUITE AU PIED SANS LAISSE

30 pts = 10 pts Coef. 3

3- BLOCAGE DEBOUT EN MARCHANT 20m, position à 10m

20 pts = 10 pts Coef. 2

4- RAPPEL 25/30m

30 pts = 10 pts Coef. 3

5- BLOCAGE ASSIS ou COUCHE EN MARCHANT 20m, position à 10m

20 pts = 10 pts Coef. 2

6- EN AVANT AVEC COUCHE DANS LE CARRE 15m

30 pts = 10 pts Coef. 3

7- RAPPORT D'OBJET au - 10m

40 pts = 10 pts Coef. 4

8- POSITIONS A DISTANCE 5m (Assis/Couché : 2 x)

30 pts = 10 pts Coef. 3

9- SAUT DE HAIE entre 2 et 4 m

30 pts = 10 pts Coef. 3

10- ENVOI AUTOUR D'UN CONE ET RETOUR 10 m

30 pts = 10 pts Coef. 3

11- IMPRESSION GENERALE

20 pts = 10 pts Coef. 2

Classement

EXCELLENT 256 / 320

TRES BON 224 / 255,50

BON 192 / 223,50

NC moins de 192

Deux Excellents permettent de passer en classe OBE2

YM/2016