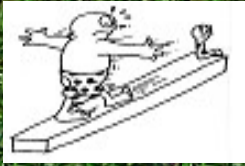




Coupe PANDA



S'équilibrer & rouler - Marcher en arrière sur une poutre de 50 cm, puis roulade arrière sur plan incliné (à hauteur de poutre)



Se suspendre & tourner - De la suspension passer les pieds entre les bras puis rouler en arrière (barre à 1 mètre du sol)



S'appuyer & rouler - Monter à l'appui puis rouler en avant (barre à 1 mètre du sol, petit module devant la barre pour faciliter l'appui)



Sauter & rouler - Course, appel sur le trampoline, roulade avant arrivée sur le dos, puis rotation longitudinale sur plan incliné.



Coopération - Les 2 partenaires, les pieds serrés et collés dans cerceau se tiennent par les mains tendent les bras et acceptent sans se lâcher de se pencher en arrière.



S'adapter face à une situation inconnue - Atelier mystère, (atelier à l'initiative des clubs organisateurs).



Escalader, se suspendre & se déplacer - Monter à l'échelle, attraper la grande barre, se suspendre puis se déplacer latéralement.



Sauter & franchir - Sauter par dessus les 2 barres (25 cm), sur un step (20 cm), sur le sol, sur un socle (30 cm), et saut droit 1/2 tour.