

Junior 2

Nom de l'élève : _____

Item :	Non acquis	À travailler	Acquis
-Battement de jambes alternatif (10 m. avec aide)	o	o	o
-Nage d'endurance (10 m.)	o	o	o
-Respiration rythmée (10 fois, de 2 façons)	o	o	o
-Glissement sur le ventre + battement de jambes (10 m.) avec les yeux à l'eau	o	o	o
-Glissement sur le dos + battement de jambes (5 m.)	o	o	o
-Glissement sur le côté (5 m. avec aide)	o	o	o
-Glissement avec retournement et battement de jambes (5m.)	o	o	o
-Nage sur le ventre (5 m.)	o	o	o

Moniteur : _____

Commentaires : _____

Junior 2

Nom de l'élève : _____

Item :	Non acquis	À travailler	Acquis
-Battement de jambes alternatif (10 m. avec aide)	o	o	o
-Nage d'endurance (10 m)	o	o	o
-Respiration rythmée (10 fois, de 2 façons)	o	o	o
-Glissement sur le ventre + battement de jambes (10 m.) avec yeux à l'eau	o	o	o
-Glissement sur le dos + battement de jambes (5 m.)	o	o	o
-Glissement sur le côté (5 m. avec aide)	o	o	o
-Glissement avec retournement et battement de jambes (5 m.)	o	o	o
-Nage sur le ventre (5m.)	o	o	o

Moniteur : _____

Commentaires : _____
