

Parcours VERT : 2 erreurs / 2 essais MAXI

1. Savoir s'équiper tout seul
2. Tenir sur 1 pied sur 1 mètre
3. Virage vers la gauche
4. Rouler sur le tapis sans s'arrêter
5. Accroupissement sous barre
6. Slalom entre les piquets sans les toucher
7. Slalom libre
8. Retournement avant/arrière puis arrière/avant
9. Rouler
10. Rouler
11. Saut hauteur 20cm
12. Enjambement barre en roulant ou tremplin (bonus 1 point) au choix
13. Freinage au choix