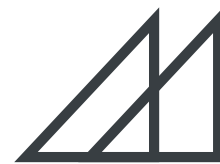


TABLEAU DE PROGRESSION



MANIAK

		Initiation			Perfectionnement	Loisir		Performance	
		6-8 ans	9-12 ans	13-16 ans	7-8 ans	9-12 ans	13-16ans	9-12 ans	13-16ans
TECHNIQUE	Savoir s'échauffer								
	Armortir sa chute								
	Rouler-bouler								
	Notion de départ et de fin								
	Coordination de base								
	Développé en appui-croisé								
	Groupé dégroupé								
	Croisé bras/jambes								
	Changement de pied								
	Transfert d'appui								
	Placement de pieds								
	Coordination plus complexe								
	Eco-ruses	N.A.	N.A.	N.A.					
	Adhérence	N.A.	N.A.	N.A.					
	Déséquilibre	N.A.	N.A.	N.A.					
	Jetés	N.A.	N.A.	N.A.					
	Coordination	N.A.	N.A.	N.A.					
	Travail de pointe	N.A.	N.A.	N.A.					
	Travail de talon	N.A.	N.A.	N.A.					
	Résoudre des défis								
	Simple	N.A.							
	Complexe	N.A.	N.A.	N.A.					
NIVEAU	Placement du baudrier								
	Encordement								
	Assurage au grigri								
	Technique de rappel								
SAVOIR-VIVRE	Bloc coordination	Jaune	Orange	Orange	Orange	Jaune	Jaune	Orange	Bleu
	Bloc en dalle	Jaune	Orange	Orange	Orange	Jaune	Jaune	Orange	Bleu
	Bloc vertical	Jaune	Orange	Orange	Orange	Jaune	Jaune	Orange	Bleu
	Bloc dévers	Jaune	Orange	Orange	Orange	Jaune	Jaune	Orange	Bleu
EVOLUTION PERSONNELLE	Savoir renoncer								
	Ecoute positive								
	Envie de progresser								
	Volonté à être présent au cours								
	Ponctualité								
	Implication personnelle								
	Comportement au sein du groupe								
	Respecter son matériel et celui de la salle								
	Confiance en soi								
	Travail en groupe								
	Souci de son partenaire								
	Confiance en l'autre								
	Gestion de situations nouvelles	N.A.	N.A.	N.A.					
	Gestion du risque	N.A.	N.A.	N.A.	N.A.				
	Ecoute de son corps	NA							
	Respect de l'environnement								
	Ethique du bloc								

	Je connais
	Je vais apprendre
N.A.	Non applicable