Rapport d'examen
Tests suisses de water-polo 1–4

Série progressive

swimsports.ch, Postfach, 8180 Bülach

Tel. 044 737 37 92, Fax. 044 737 04 11, www.swimsports.ch

Ils vous seront envoyés avec facture. Des données exactes ainsi que des désirs formulés de façon précise facilitent une livraison rapide. Pour votre commande veuillez utiliser notre *carte de commande;* le rapport d'examen reste en votre possession.

Veuillez vous tenir exactement aux directives d'examen!

(Organisateur) (Dates)

X Réussi
O Echoué

Nom, prénom	Test 1						Test 2						Test 3						Test 4					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
	25 m	10 m	5''	5 fois	6 m	2 fois	15 m	10''	chacun 5	6 m	2 fois	50 m	18 m	10''	chacun 4	30''	100 m	40''	15''	30''	2 fois	5 fois en 2 min.	25 m	15 m
	Nage latérale	Dribble	Pédalage	Prise de balle	Tir à distance	Tir de précision (2 m)	Dribble	Pédalage	Passe (4 m)	Tir à distance	Tir de precision (4 m)	Nage	Départ/dribble/virage	Pédalage	Passe (2 m)	Pédaler/tir de précision	Nage (crawl water-polo)	Départ/dribble (20 m)	Pédalage	Course navette 4 x 5 m	Pédalage/tir de précision	Dribble/tir de précision	Nage latérale (à gauche et à droite)	Dribble (10 m)/ tir de précision (5 m)
1																								
2																								
3																								
4																								
5																								
6																								
7																								
8																								
9																								
10																								
11																								
12																								
13																								
14																								
15																								
16																								
17																								
18																								
19																								
20																								
21																								
22																								
23																								
24																								
25																								
26																								
27																								
28																								
29																								
30																								