Rapport d'examen des tests suisses de water-polo 5–8

Série de performance

swimsports.ch, Postfach, 8180 Bülach
Tel. 044 737 37 92, Fax. 044 737 04 11, www.swimsports.ch

La **commande des insignes** pour les tests de water-polo 5–8 doit être passé **par écrit au moyen de la carte de commande,** et contenir – a part les norm, prénom et adresse – des indications exactes sur la formation de l'organisateur. Les insignes sont envoyés avec facture.

Veuillez vous tenir exactement aux directives d'examen!

(Organisateur) (Dates)

						Exercice 1		Exercice 2		Exercice 3		Exercice 4		Exercice 5		Exercice 6		Test 8	
						Natation		Dribble		Départ Virages		Pédalage		Tir en station		Tir en mouvement		Ex. 7	Ex. 8
X Réussi O Echoué		Test 5				200 m crawl		20 m		4 x 5 m		au min. 15"		5 x / 5 m		5 x / 3 m		Pédalage Passe (30 x)	Tir de distance (min. 25 m)
			Test 6			400 m crawl		45 m		5 x 5 m		au min. 15"		5 x / 6 m		5 x / 3 m			
				Test 7		400 m crawl		45 m		5 x 5 m		au min. 20"		5 x / 7 m		5 x / 4 m			
					Test 8	400 m 4-nag.		2 x 25 m		combiné		Temps		5 x / 8 m		5 x / 5 m			
	Nom, prénom	Pt. (au min. tot. 240 pt.)	Pt. (au min. tot. 320 pt.)	Pt. (au min. tot. 400 pt.)	Pt. (au min. tot. 480 pt.)	Tps.	Pt.	Tps.	Pt.	Tps.	Pt.	Note Tps.	Pt.	Buts	Pt.	Buts	Pt.	R/E	R/E
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			