

Mes ingrédients:

Après avoir expérimenté le matériel, j'opte pour...

Appareil propulseur:

- tremplin
 trampolinette

Hauteur de l'obstacle:

- habituelle
 plus basse

Ma recette:

J'identifie au moins quatre ingrédients...




- Course d'élan:
- Impulsion:
- Appui passager:
- Envol:
- Réception:
- Fluidité:

Ce que je compte améliorer particulièrement:




Signature de l'élève:

PREMIERS ESSAIS DE la recette

MES PROPRES IMPRESSIONS

	Mes ingrédients					
	1	2	3	4	5	6
						
						
						

LES OBSERVATIONS DE MON (MA) PARTENAIRE

	Mes ingrédients					
	1	2	3	4	5	6
						
						
						

Signature de l'élève:

Signature du (de la) partenaire: