

Revue d'effectif 2019				Test physique niveau 1 Classement 2009																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
				Region	TEST DENISIUK		F. EXPLOSIVE							SOUPLESSE										FORCE DYNAMIQUE																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
							COURSE 20m		CORDE 4m			TOTAL Force explosive	GD ECART	FERM. JBES SERREES		RETRO DES EPAULES		ANTEPULSION DES EPAULES			TOTAL Souplesse	Plac. Dos					POMPES ATR					TOTAL Force dynamique																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
					TEMPS REALISE	T	JAMBE (P1,P2 ou P3)	TEMPS REALIS E	T	T	POINT ATTEIN T (cm)		T	HAUTEU R MESURE E (cm)	T	FLEXIO N DES JAMBE S (F/T)	ANGLES	T	Jbes écartées	Jbes serrées		ND	NE	T	P1 ou P2	Nbre pompes	ND	NE	T																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Saison 2019-2020																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							

70% réalisé

60% réalisé

50% réalisé

70% sur exercice

Test physique niveau 1 Classement 2009																							
FORCE STATIQUE																FORCE D'ENDURANCE					TOTAL TEST PHYS.	% Note Max	
ATR					PL LIBRE					EQ. RENV					TOTAL Force statique	CERCLES				TOTAL Force d'endurance			
PM /S/ A	Temps en (s)	ND	NE	T	Poistio n P1/P2/ P3	Temps en (s)	ND	NE	T	Positio n P1/P2/ P3	Temps en (s)	ND	NE	T		Champ haut bas	Nbre de cercles	ND	NE				
S	51,1	10	3,5	35	P3	8,44	10	2,5	25	P3	11	7	3,5	24,5	84,5	B	38	9	3,5	31,5	241	77,7%	
S	51,9	10	4	40	P3	6,81	9	3,5	31,5	P3	11,9	7	3,5	24,5	96	B	31	7,5	3	22,5	237,5	76,6%	
S	51,3	10	3	30	P3	7,19	9	3,5	31,5	P3	12,7	7	3,5	24,5	86	B	19	5,5	3,5	19,3	236,25	76,2%	
S	51,4	10	3	30	P3	8,18	10	4	40	P2	7,1	2	3	6	76	B	21	6	3	18	199,5	64,4%	
S	51,4	10	3	30	P3	2,43	7	1,5	10,5	P3	8,1	6	3	18	58,5	B	15	5,5	3	16,5	179	57,7%	
S	51,6	10	3	30	P3	6,88	9	1,5	13,5	P2	11,9	4	3,5	14	57,5	B	15	5,5	2,5	13,8	170,25	54,9%	
S	13	6	3,5	21	P3	3,6	7	3,5	24,5	P3	10,7	7	3	21	66,5	B	22	6	3	18	163	52,6%	
PM	33,1	3	3,5	10,5	P3	11,4	10	2,5	25	P2	13,7	4	2,5	10	45,5	B	25	6,5	2	13	158,5	51,1%	
S	57,4	10	3	30	P3	2,27	7	1,5	10,5	P2	8,53	3	2,5	7,5	48	B	17	5,5	2	11	142	45,8%	
S	18,1	6	3,5	21	P2	2,42	3	1,5	4,5	P2	10,9	4	3	12	37,5	B	27	7	4	28	131,5	42,4%	
S	36,3	8	3	24	P3	3,43	7	2	14	P2	13,4	4	3,5	14	52	B	18	5,5	2	11	131	42,3%	
S	11,5	6	2	12	P1	11,8	3	3	9	P2	13,2	4	3,5	14	35	B	15	5,5	2,5	13,8	127,75	41,2%	
PM	35,4	3	3,5	10,5	P1	15,4	3	3,5	10,5	P2	13	4	4	16	37	H	41	4	4	16	127	41,0%	
S	20,7	7	3	21	P3	2,81	7	1,5	10,5	P1	0	0	0	0	31,5	B	34	8	3	24	126	40,6%	
PM	53,5	5	2	10	P3	8	10	3	30	P1	17,3	2	3,5	7	47	H	23	2	1,5	3	125,5	40,5%	
S	6,01	0	1,5	0	P2	2,22	3	3	9	P1	14,8	2	4	8	17	B	16	5,5	3	16,5	121,5	39,2%	
S	20,1	7	2,5	17,5	P2	3,48	3	3	9	P2	10,5	4	3,5	14	40,5	B	15	5,5	1,5	8,25	119,75	38,6%	
S	13,3	6	2,5	15	P2	1,9	0	3,5	0	P1	14,5	2	4	8	23	B	25	6,5	2,5	16,3	119,25	38,5%	
S	7,26	0	4	0	P3	3,16	7	2,5	17,5	P2	6,51	2	3	6	23,5	B	46	10	2	20	117,5	37,9%	
PM	17,5	1	3,5	3,5	P3	3,68	7	1,5	10,5	P2	11,4	4	3	12	26	B	28	7	2	14	113,5	36,6%	
S	2,43	0	3,5	0	P2	1,25	0	3	0	P2	11,7	4	3	12	12	B	31	7,5	2,5	18,8	112,75	36,4%	
PM	92	5	3,5	17,5	P1	9,88	3	3,5	10,5	P2	7,69	2	2	4	32	B	31	7,5	2,5	18,8	108,25	34,9%	
S	18,6	6	3	18	P3	3,61	7	1,5	10,5	P1	13,7	2	4	8	36,5	B	44	9,5	2,5	23,8	108,25	34,9%	
S	7,13	0	4	0	P2	4,13	4	2	8	P3	7,55	5	3	15	23	B	20	6	2,5	15	105	33,9%	
S	5,83	0	1,5	0	P2	3,68	3	3	9	P1	13,8	2	4	8	17	B	33	8	2	16	98	31,6%	
S	3,56	0	1,5	0	P1	22,5	3	3	9	P2	12,1	4	3	12	21	H	31	3	1,5	4,5	88,5	28,5%	
S	3,02	0	2,5	0	P1	8,31	3	2,5	7,5	P1	14,2	2	4	8	15,5	H	36	3,5	2	7	83,5	26,9%	
PM	2,57	0	1,5	0	P2	11,5	6	2	12	P1	15	2	3	6	18	B	21	6	1,5	9	77,5	25,0%	
S	1,12	0	3	0	P1	7,72	2	3	6	P1	13,9	2	4	8	14	H	1	0	0	0	75,5	24,4%	
S	8,51	0	4	0	P1	8,19	3	3,5	10,5	P1	14,2	2	3,5	7	17,5	H	24	2	1,5	3	75,5	24,4%	
S	0	0	0	0	P1	6,72	2	1,5	3	P1	13,3	2	4	8	11	H	10	1	1	1	75	24,2%	
PM	1,65	0	1	0	P1	10,9	3	3,5	10,5	P2	8,8	3	2	6	16,5	B	11	5	1,5	7,5	70	22,6%	
S	1,9	0	3	0	P1	12,9	3	3	9	P1	13,9	2	2,5	5	14	H	20	2	2	4	58,5	18,9%	
PM	2,69	0	2,5	0	P1	1,53	0	2	0	P1	20	2	2,5	5	5	H	10	1	1,5	1,5	44,5	14,4%	