

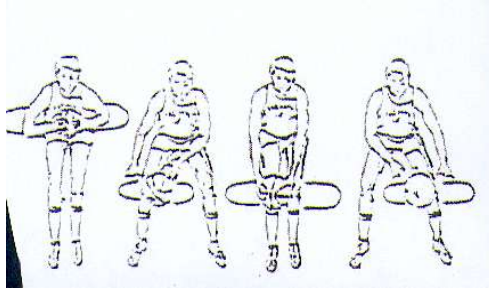
# 3<sup>ème</sup> Epreuve

## Dextérité

(l'épreuve est chronométrée)

### Barème :

Un huit  
entre les  
jambes



Au départ, le ballon est tenu à deux mains.

Exécuter :

- 5 "huit" autour des jambes
- 5 tours autour de la taille
- 5 tours autour d'une jambe
- 5 tours autour des deux jambes serrées
- 5 tours autour de l'autre jambe

Nota :

- Le respect de l'ordre est obligatoire
- Il est obligatoire de conserver au moins un pied en contact avec le sol, mais il est permis d'utiliser un pied de pivot.

Pénalités :

- 1 point pour tout marcher

Moins de 18 secondes	40 points
18s à moins de 18,5s	39 points
18,5s à moins de 19s	38 points
19s à moins de 19,5s	37 points
19,5s à moins de 20s	36 points
20s à moins de 20,5s	35 points
20,5s à moins de 21s	34 points
21s à moins de 21,5s	33 points
21,5s à moins de 22s	32 points
22s à moins de 22,5s	31 points
22,5s à moins de 23s	30 points
23s à moins de 23,5s	29 points
23,5s à moins de 24s	28 points
24s à moins de 24,5s	27 points
24,5s à moins de 25s	26 points
25s à moins de 25,5s	25 points
25,5s à moins de 26s	24 points
26s à moins de 27s	23 points
27s à moins de 28s	22 points
28s à moins de 29s	21 points
29s à moins de 30s	20 points
30s à moins de 31s	19 points
31s à moins de 32s	18 points
32s à moins de 33s	17 points
33s à moins de 34s	16 points
34s à moins de 35s	15 points
35s à moins de 36s	14 points
36s à moins de 37s	13 points
37s à moins de 38s	12 points
38s à moins de 39s	11 points
39s à moins de 40s	10 points
40s à moins de 41s	9 points
41s à moins de 42s	8 points
42s à moins de 43s	7 points
43s à moins de 44s	6 points
44s à moins de 45s	5 points
45s à moins de 50s	4 points
50s à moins de 55s	3 points
55s à moins de 1mn	2 points
1mn et plus	1 point