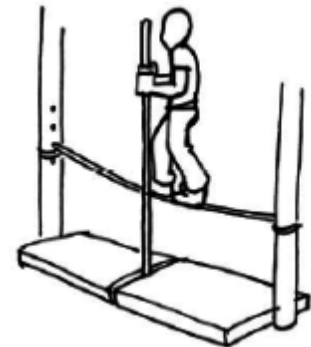


Equilibre: Equilibre sur une corde détendue (niveaux ABC)

Au cours de ce test, l'élève doit se maintenir en équilibre sur une corde détendue sans se déplacer.

L'élève se maintient en équilibre sans se déplacer sur une corde détendue, attachée entre deux poteaux. Il prend place sur la corde détendue et s'aide de la latte pour prendre la position initiale. Lorsqu'il est prêt, il la lâche. Un partenaire vient la retirer.

Le chronomètre court dès cet instant. L'élève maintient l'équilibre aussi longtemps que possible.



[Equilibre sur une corde détendue \(niveaux ABC\)](#) (pdf)

[Equilibre sur une corde détendue \(niveaux ABC\): Fiche d'évaluation](#) (xls)

Remarque

Les compétences disciplinaires se voient concrétisées au travers de trois niveaux: le niveau A – susceptible d'être atteint par presque tous les élèves, le niveau B – par la moyenne d'entre eux et le niveau C – par les meilleurs.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO