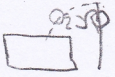




→ ATR tombé port puis arrivé debout au sol
diminuer la hauteur selon la réussite.



→ ATR tombé port mains sur une hauteur tombé port
retour debout au sol
diminuer la hauteur selon la réussite.



→ descente en port pousser dans les mains pour revenir debout
diminuer la hauteur selon la réussite jusqu'à le faire
au sol.

réalisation globale au sol.