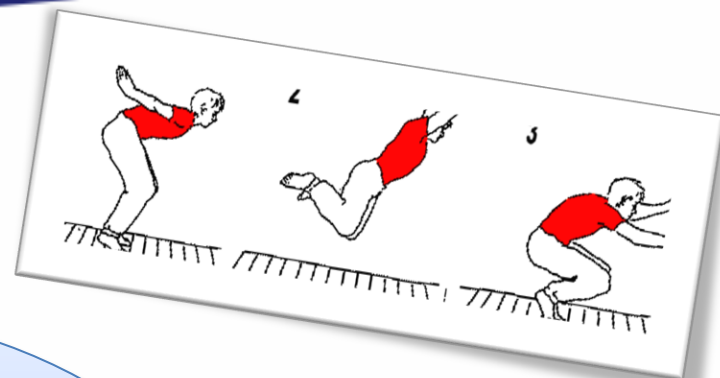


Test Force des jambes

Saut en longueur sans élan



Le test

- Tu commences debout, pieds joints, derrière une ligne tracée au sol
- Tu dois sauter le plus loin possible en un seul saut en gardant les pieds joints
- Tu dois arriver sur les 2 pieds en même temps

3 essais



Si tu tombes en arrière à l'arrivée, tu recommences

Le juge

- note la distance réalisée en prenant en compte l'arrière du talon

L'observateur

- vérifie l'application des consignes

