



Normes



1. EXTENSION DES BRAS (PUSH-UP)

NOMBRE TOTAL SELON L'ÂGE		ÂGE						
		11	12	13	14	15	16	17
EXCELLENCE ★★★★★	FILLE	19	20	21	20	20	24	25
	GARÇON	27	31	39	40	42	44	53
OR ★★★★	FILLE	17	17	17	16	20	20	20
	GARÇON	24	28	36	32	37	40	46
ARGENT ★★★	FILLE	11	10	11	10	15	12	16
	GARÇON	15	18	24	24	30	30	37
BRONZE ★★	FILLE	4	2	4	3	7	4	7
	GARÇON	5	9	11	13	20	22	23

2. COURSE-NAVETTE

Temps SELON L'ÂGE au dixième de seconde près		ÂGE						
		11	12	13	14	15	16	17
EXCELLENCE ★★★★★	FILLE	12,4	12,2	11,9	11,6	11,8	11,7	11,6
	GARÇON	12,1	11,7	11,4	10,9	10,8	10,5	10,4
OR ★★★★	FILLE	12,7	12,5	12,3	12	12,2	12	11,9
	GARÇON	12,4	12	11,6	11,2	11	10,7	10,5
ARGENT ★★★	FILLE	13,5	13,1	13	12,7	12,9	12,6	12,6
	GARÇON	12,9	12,5	12,1	11,7	11,4	11,1	11,1
BRONZE ★★	FILLE	14,6	14,3	14,1	14	14	13,8	13,7
	GARÇON	14,1	13,7	13,5	12,7	12,4	12,1	11,9

3. REDRESSEMENTS ASSIS

NOMBRE TOTAL SELON L'ÂGE		ÂGE						
		11	12	13	14	15	16	17
EXCELLENCE ★★★★★	FILLE	43	50	59	48	38	49	68
	GARÇON	43	64	59	62	75	73	66
OR ★★★★	FILLE	39	43	50	41	35	35	49
	GARÇON	37	54	51	54	67	50	58
ARGENT ★★★	FILLE	27	30	40	30	26	26	40
	GARÇON	26	32*	39	40	45	37	42
BRONZE ★★	FILLE	18	19	22	20	15	16	26
	GARÇON	17	22*	28	24	26	24	25

4. SAUT EN LONGUEUR SANS ÉLAN

DISTANCE SELON L'ÂGE (cm)		ÂGE						
		11	12	13	14	15	16	17
EXCELLENCE ★★★★★	FILLE	170	179	184	189	188	196	198
	GARÇON	174	183	200	213	223	232	238
OR ★★★★	FILLE	163	171	176	181	181	187	190
	GARÇON	168	176	193	206	215	224	231
ARGENT ★★★	FILLE	149	156	163	167	158	173	174
	GARÇON	156	164	177	190	202	211	220
BRONZE ★★	FILLE	130	133	141	145	144	147	152
	GARÇON	135	143	151	166	171	191	195

5. COURSE DE 50 M

TEMPS SELON L'ÂGE au dixième de seconde près		ÂGE						
		11	12	13	14	15	16	17
EXCELLENCE ★★★★★	FILLE	8,6	8,4	8	7,9	8	7,9	7,9
	GARÇON	8,4	8,1	7,7	7,4	7,2	7	6,9
OR ★★★★	FILLE	8,9	8,6	8,2	8,1	8,2	8,1	8,1
	GARÇON	8,6	8,4	7,9	7,6	7,4	7,1	7
ARGENT ★★★	FILLE	9,4	9,2	8,7	8,6	8,7	8,5	8,5
	GARÇON	9,1	8,8	8,4	8	7,7	7,4	7,3
BRONZE ★★	FILLE	10,4	10,2	9,5	9,4	9,4	9,3	9,2
	GARÇON	10	9,7	9,2	8,8	8,4	8	8

6. COURSE D'ENDURANCE

TEMPS SELON L'ÂGE en minutes et en secondes		ÂGE						
		1600 m		2400 m				
		11	12	13	14	15	16	17
EXCELLENCE ★★★★★	FILLE	8:49	8:51	13:54	13:28	13:31	12:38	12:45
	GARÇON	7:40	7:41	11:21	10:43	10:23	10:08	10:08
OR ★★★★	FILLE	9:17	9:19	14:33	14:16	14:01	13:22	13:31
	GARÇON	8:01	8:04	11:49	11:09	10:50	10:42	10:32
ARGENT ★★★	FILLE	10:21	10:26	16:12	15:51	16:02	15:44	15:13
	GARÇON	8:56	8:46	12:51	12:16	11:51	11:32	11:16
BRONZE ★★	FILLE	12:46	12:46	18:59	18:51	18:58	18:37	18:53
	GARÇON	10:50	10:31	15:35	14:40	14:46	14:08	13:33