

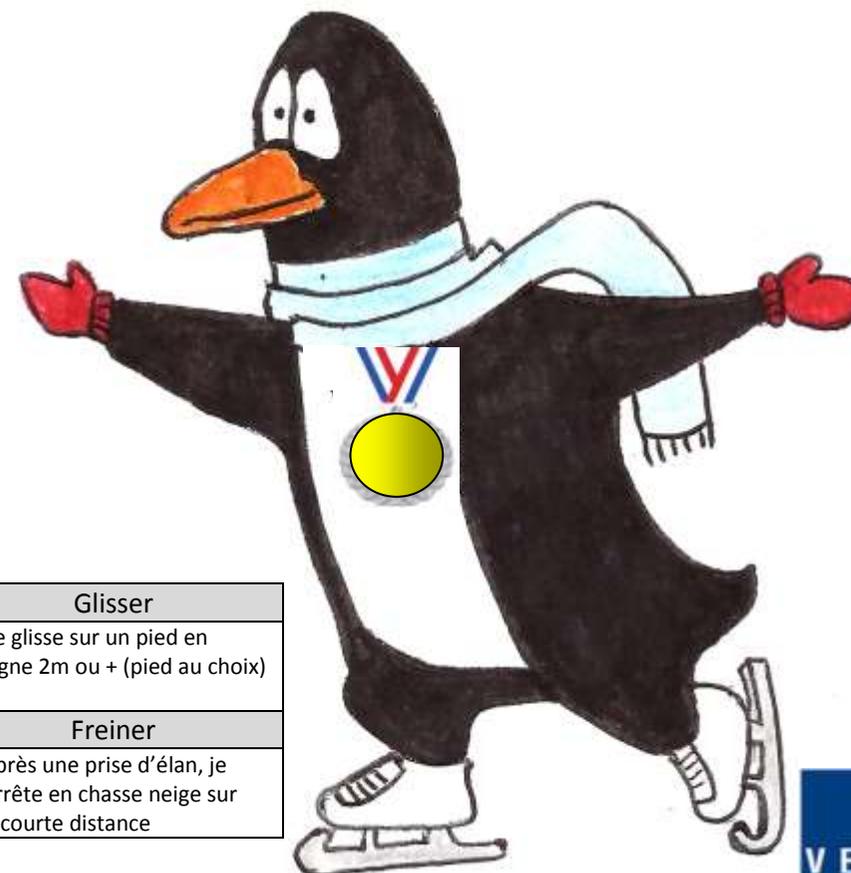
# DIPLOME DE PATIN A GLACE

*Félicitations*

Prénom .....

Nom .....

Le / / .....



« Le pingouin d'or »

Pousser en avant	Pousser en arrière	Se baisser	Glisser
4 J'avance en trottinette sans aide	4 Je pousse avec les deux pieds et resserre en alternant le pied droit et le pied gauche	4 Je m'accroupis pour passer sous une barre en me laissant glisser sur les deux pieds	4 Je glisse sur un pied en cigogne 2m ou + (pied au choix)
Tourner dans les 2 sens	Se retourner/pivoter	Sauter (franchir)	Freiner
4 Je fais un cercle en trottinette en croisant les patins minimum 1fois	4 Je me retourne d'arrière en avant sans m'arrêter	4 Je saute par-dessus une barre	4 Après une prise d'élan, je m'arrête en chasse neige sur une courte distance

Colorier la case des compétences acquises