

DIPLOME DE PATIN A GLACE

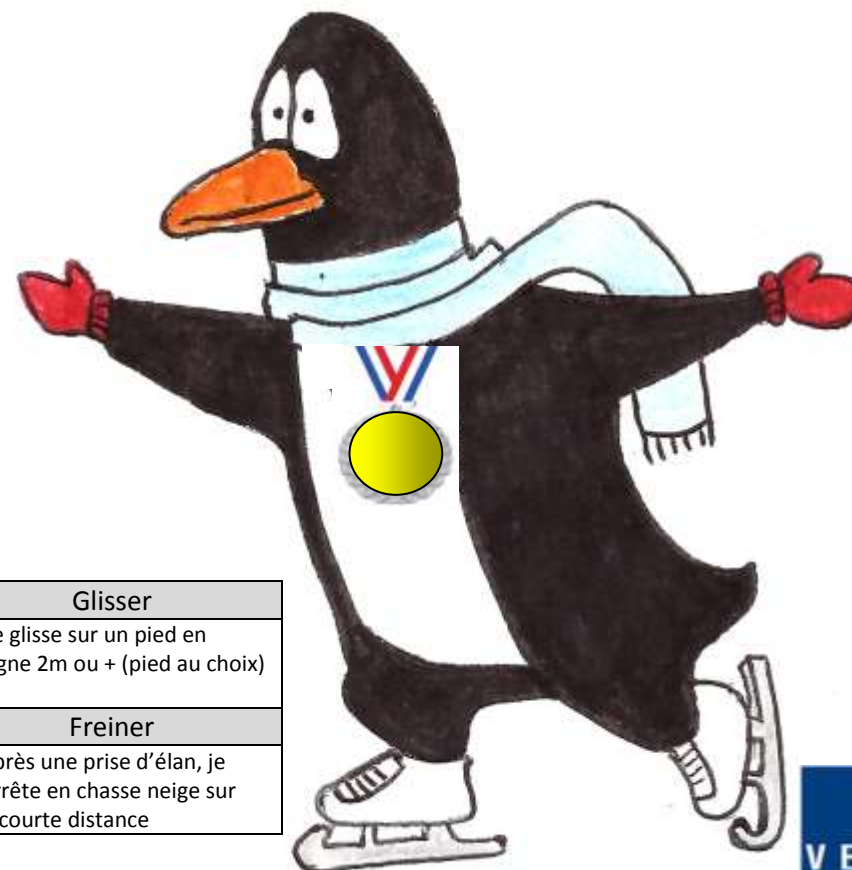
Félicitations

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