

# Biathlon 4<sup>e</sup> 2X3'

Demi-fond cible sur 3' = à VMA Plots tous les 50 m  
Lancer 3 distances

Calcul de ma note:  
Calcul de ma note:

Notez vos cibles !

S'arrêter avant le coup de sifflet compte pour une pénalité !  
1 pénalité compte pour 1 écart.

Entoure ton choix !

Si le total des écarts collectifs est compris entre 0 et -5, chaque athlète a **2 points de + (BONUS collectif)**



1<sup>ere</sup> COURSE DE 3'



LANCER PRECISION  
4' maximum !



2<sup>eme</sup> COURSE DE 3'

Prénoms	CIBLE	NOMBRES DE PLOTS FRANCHIS	Pénalité ?	Ecart	3 DISTANCES		NOMBRES DE PLOTS FRANCHIS	Pénalité ?	Ecart	Addition des 2 écarts collectifs moins les lancers réussis :	
					Proche (1 tentative) / Moyenne (2 tentatives) / Loin (3 tentatives)	Réussi-Raté					
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
ECART COLLECTIF 1 : Addition des 3 plus petits écarts :					Si 1 réussi : 1 écart collectif en moins, si 2 réussis : 2 écarts en moins etc...		TOTAL REUSSIS :	ECART COLLECTIF 2 : Addition des 3 plus petits écarts :			
Prénoms	CIBLE	NOMBRES DE PLOTS FRANCHIS	Pénalité ?	Ecart	3 DISTANCES		NOMBRES DE PLOTS FRANCHIS	Pénalité ?	Ecart		Addition des 2 écarts collectifs moins les lancers réussis :
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté					
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
			OUI-NON		Proche- Moyen- Loin	Réussi-Raté		OUI-NON			
ECART COLLECTIF 1 : Addition des 3 plus petits écarts :					Si 1 réussi : 1 écart collectif en moins, si 2 réussis : 2 écarts en moins etc...		TOTAL REUSSIS :	ECART COLLECTIF 2 : Addition des 3 plus petits écarts :			

Note sur 12 points Ecart à la cible Individuel		
12 pts	0	Très bonne maîtrise
11 pts	-1	
10 pts	-2	
9 pts	-3	Maîtrise satisfaisante
8 pts	-4	
7 pts	-5	
6 pts	-6	Maîtrise fragile
5 pts	-7	
4 pts	-8	
3 pts	-9	Non maîtrisé
2 pts	-10	
1 pt	-11	

Note SUR 4 POINTS Organisation du biathlon		
-Connaissance du dispositif	4	TB
-Tenue de la feuille		
-Comptage des plots		
-Rapidité mise en place		
4 Rôles assez bien	3	Satisf
3 critères sur 4	2	Fragile
≤ 2 critères	0-1	Insuffi

Note SUR 4 points Respect des règles		
-Aide installation	4	TB
-Respect heure		
-Respect écoute		
-Respect autrui		
4 Rôles assez bien	3	Satisf
3 critères sur 4	2	Fragile
≤ 2 critères	0-1	Insuffi