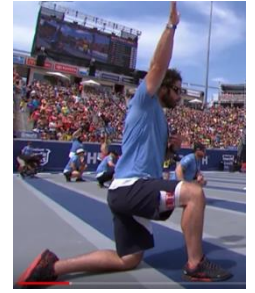


## RÔLE DE JUGE

### 1 | **PLACEMENT**

PROCHE ET À BONNE HAUTEUR POUR JUGER



### 2 | **ACCOMPAGNEMENT**

TOUT AU LONG DU PARCOURS

### 3 | **FIVE (5) REPS TO GO**

DÉCOMPTE DES 5 DERNIÈRES RÉPÉTITIONS



### 4 | **NO REP !**

REFUS DE LA RÉPÉTITION

MAUVAIS PLACEMENT OU GESTE = MISE EN DANGER



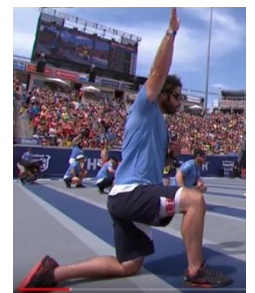
### 5 | **NEXT (+ nom exercice)**

ANNONCE DU PROCHAIN EXERCICE À RÉALISER

## RÔLE DE JUGE

### 1 | **PLACEMENT**

PROCHE ET À BONNE HAUTEUR POUR JUGER



### 2 | **ACCOMPAGNEMENT**

TOUT AU LONG DU PARCOURS

### 3 | **FIVE (5) REPS TO GO**

DÉCOMPTE DES 5 DERNIÈRES RÉPÉTITIONS



### 4 | **NO REP !**

REFUS DE LA RÉPÉTITION

MAUVAIS PLACEMENT OU GESTE = MISE EN DANGER



### 5 | **NEXT (+ nom exercice)**

ANNONCE DU PROCHAIN EXERCICE À RÉALISER