

## Évaluation salutation au soleil

Nom	Prieur	<b>Flexion arrière</b>	<b>Flexion avant</b>	<b>Plier avant</b>	<b>La planche</b>	<b>Planche au sol</b>	<b>Le cobra</b>	<b>Le V renversé</b>	<b>Plier avant</b>	<b>Flexion avant</b>	<b>Flexion arrière</b>	Debout	Total
	expire	inspire	expire	inspire	retient	expire	inspire	expire	inspire	expire	inspire	expire	10 pts

Les caractères en gras seront évalués de la façon suivante ;

<b>Technique et respiration bien exécutée.</b>	<b>Technique ou respiration déficiente</b>	<b>Absence de la position</b>
1 point	½ point	0 point