



# MAITRISES TECHNIQUES



NOM :

TROISI

Prénom :

Stefano

Travail à rendre : 17/11  
au 24/11

## A conserver :

Partie musculation

## A améliorer

VAMeval ?

RM ?

Tableaux (planification, cycles)

Justifier les méthodes

Présentation

Profil

Rappeler les tests

	<b>Note</b>	<b>4</b>	<b>/20</b>
Présentation (PDF, sommaire, numéro de pages,...)		0,5	/1,5
Profil du candidat		0,5	/1
Rappel des épreuves		0,5	/1
Production personnel		1	/1
Justifier sa planification (découpage et méthodes)		0	/2
Construire son tableau de planification (cycles)		0	/2
Cohérences des méthodes		0,5	/1,5
Détails des différents cycles			
Partie musculation / détailler une séance		1	/5
Partie VMAeval / détailler une séance		0	/5