

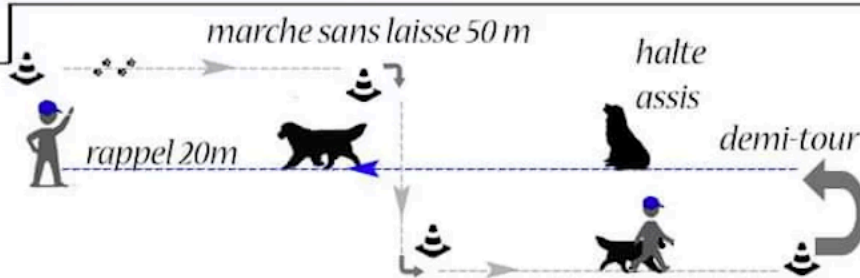
Nouveau règlement
1/01/2021

Fiche mémo du 3ème degré

3ème degré = A + B + 1 option Cx + D + 1 option Ex
Choix des options avant le début des épreuves

A-Assouplissement

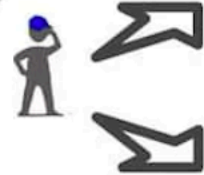
Bonjour...



B1-Rapport d'un plongeur inanimé



C1-Rapport d'un canot



C2-Rapport d'une planche

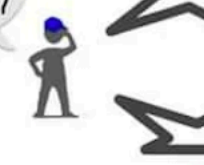


D-Rapport de 2 nageurs

Nageurs à 50 mètres de la rive



E1-Apport d'un gilet de sauvetage



E2-Apport de bouée

