Diplôme sportif

Attribué à …… Classe :……

Pour sa participation à la journée sportive des écoles du vendredi 16 octobre 2009

Epreuve du «Courselon»

J'ai couru …..mètres en …..minutes



Saut en longueur :

J'ai réussi à sauter ….. mètres.



Au cours de cette journée, nous avons également joué au basket.



EMALA Ht Oisans 2009

	GS	CP	CE1	CE2	CM1	CM2
Temps de course	6 mn	9mn	12mn	15mn	18mn	21mn
9 km/h	900 m	1350 m	1800 m	2250 m	2700 m	3150 m
10km/h	1000 m	1500 m	2000 m	2500 m	3000 m	3500 m
11 km/h	1100 m	1650 m	2200 m	2750 m	3300 m	3850 m

Niveau 1: J'ai marché de temps en temps, mais je n'ai pas abandonné.

Niveau 2: J'ai couru tout le temps.

Niveau 3: J'ai couru à une moyenne de 9 km/h.

Niveau 4: J'ai couru à une moyenne de 10 km/h.

Niveau 5: J'ai couru à une moyenne de 11km/h.