LA PYRAMIDE DES JONGLES

 F

 D E

 A B C

1. **Niveau Débutant :**

**Palier 1 : A : 10 Pied fort B : 10 Pied faible C : 10 Alternés**

**Palier 2 : D : 20 Pied fort E : 20 Pied faible**

**Palier 3 : F : 10 Tête**

1. **Niveau Intermédiaire :**

**Palier 1 : A : 20 Pied fort B : 20 Pied faible C : 30 Alternés**

**Palier 2 : D : 40 Pied fort E : 40 Pied faible**

**Palier 3 : F : 20 Tête**

1. **Niveau Expert :**

**Palier 1 : A : 50 Pied fort B : 50 Pied faible C : 80 Alternés**

**Palier 2 : D : 80 Pied fort E : 150 alternés**

**Palier 3 : F : 30 Tête**