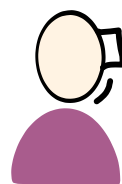


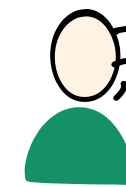
# COURSE HAWAÏENNE



MINIME



CADET



JUNIOR

- 1 DÉPART FOND  
PALMES EN MAIN
- 2 PARCOURIR **12.5M**  
EN MARCHANT PIEDS NUS AU SOL
- 3 REMETTRE LES PALMES
- 4 PARCOURIR **12.5M**  
EN PALMANT

- 1 DÉPART SAUT DROIT
- 2 PARCOURIR  
**25M**  
EN MARCHANT  
PIEDS NUS AU SOL

- 3 DÉPLOYER  
LE PARACHUTE



LEST



CHAUSSONS



MAINS