

Barème Recrutement SPPNO Homme

	100m N.L.	Corde (Départ assis / Bras seuls)	VAMEVAL	Luc Léger	Test de cran
20	1'20 "	4"	21	15,5	OUI / NON
19	1'23"	5"	20,5	15	
18	1'26"	6"	20	14,5	
17	1'29"	7"	19,5	14	
16	1'32"	8"	19	13,5	
15	1'35"	9"	18,5	13	
14	1'38"	11"	18	12,5	
13	1'41"	13"	17,5	12	
12	1'44"	15"	17	11,5	
11	1'47"	17"	16,5	11	
10	1'50"	5m	15,5	10,5	
09	1'53"	5m sans toucher	15	10	
08	1'56"		14,5	9,5	
07	1'59"		14	9	
06	2'02"	4m sans toucher	13,5	8,5	
05	2'05"		13	8	
04	2'08"		12,5	7,5	
03	2'11"	3m sans toucher	12	7	
02	2'14"		11,5	6,5	
01	2'17"	2m sans toucher	11	6	

Barème Recrutement SPPNO *Femme*

	100m N.L.	Corde		VAMEVAL	Luc Léger	Test de cran
		Départ debout / Bras Seuls (5m)	Départ Debout / Bras et Jambes(10m)			
20	1'20"	4"	10"	19,5	14	OUI / NON
19	1'23"	5"	12"	19	13,5	
18	1'26"	6"	14"	18,5	13	
17	1'29"	7"	16"	18	12,5	
16	1'32"	8"	18"	17,5	12	
15	1'35"	9"	20"	17	11,5	
14	1'38"	10"	22"	16,5	11	
13	1'41"	11"	24"	15,5	10,5	
12	1'44"	12"	26"	15	10	
11	1'47"	14"	28"	14,5	9,5	
10	1'50"	5m	10m	14	9	
09	1'53"	4,5m	7,5m	13,5	8,5	
08	1'56"	4m	7m	13	8	
07	1'59"	3,5m	6,5m	12,5	7,5	
06	2'02"	3m	6m	12	7	
05	2'05"	2,5m	5,5m	11,5	6,5	
04	2'08"	2m	5m	11	6	
03	2'11"	< 2m	4,5m	10,5	5,5	
02	2'14"		4m	10	5	
01	2'17"		3,5m	9,5	4,5	