

Nawatobi-Routine avant

meilleure

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1

Nawatobi-Routine arrière

meilleure

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

	1	2	3	3	3	7	10	10	12	12	15	15					
	J	S•J	J•K	S•K	K	S•C	JJ•K	JJ	SJ	J•H	SK	J•KK					
avant																	
arrière																	

15	16	16	18	18	19	20	25	25	30	30	35						
H	KJ	JK	KK	S•H	JJ•KK	JJ•H	SJJ	SC	SKK	J•HH	JJJ•KK						

35	35	40	40	40	40	40	40	40	45	50	60						
SJK	HH	JJJ	JJ•KKK	SKJ	SH	JJ•HH	JH	HJ	SJC	SKC	JJJ•KKK						

60	60	60	60	70	70	70	70	75	80	80	80						
KKK	JJK	KJJ	SCC	JKK	KKJ	SJJJ	SKKK	SJJK	JKJ	KJK	SCJ						

80	85	85	90	90	95	100	100	100	100	105	105						
SKKJ	SJKJ	SKJJ	SJJK	SKJK	JJJJ•KKK	JJJJ	SJSJ	SJSJ	SCK	SKSJ	SJSK						
							1	2		1	1						

nom	prénom
-----	--------

points avant:

points arrière:

total: