



ST-BASILE

Révisions d'objectifs

Nom: _____ Date: _____

1. Est-tu satisfait de ta condition physique et de ton entraînement ?

2. Quel élément es-tu le plus fier d'avoir accompli au cours des trois derniers mois ?

3. Qu'est-ce que cela t'a appris?

4. Avec quel élément as-tu eu le plus de difficultés/défis ?

Maintenant comment faire pour le travailler/améliorer/accomplir?

Scénario 1 : Idéal

Scénario 2 : Bon

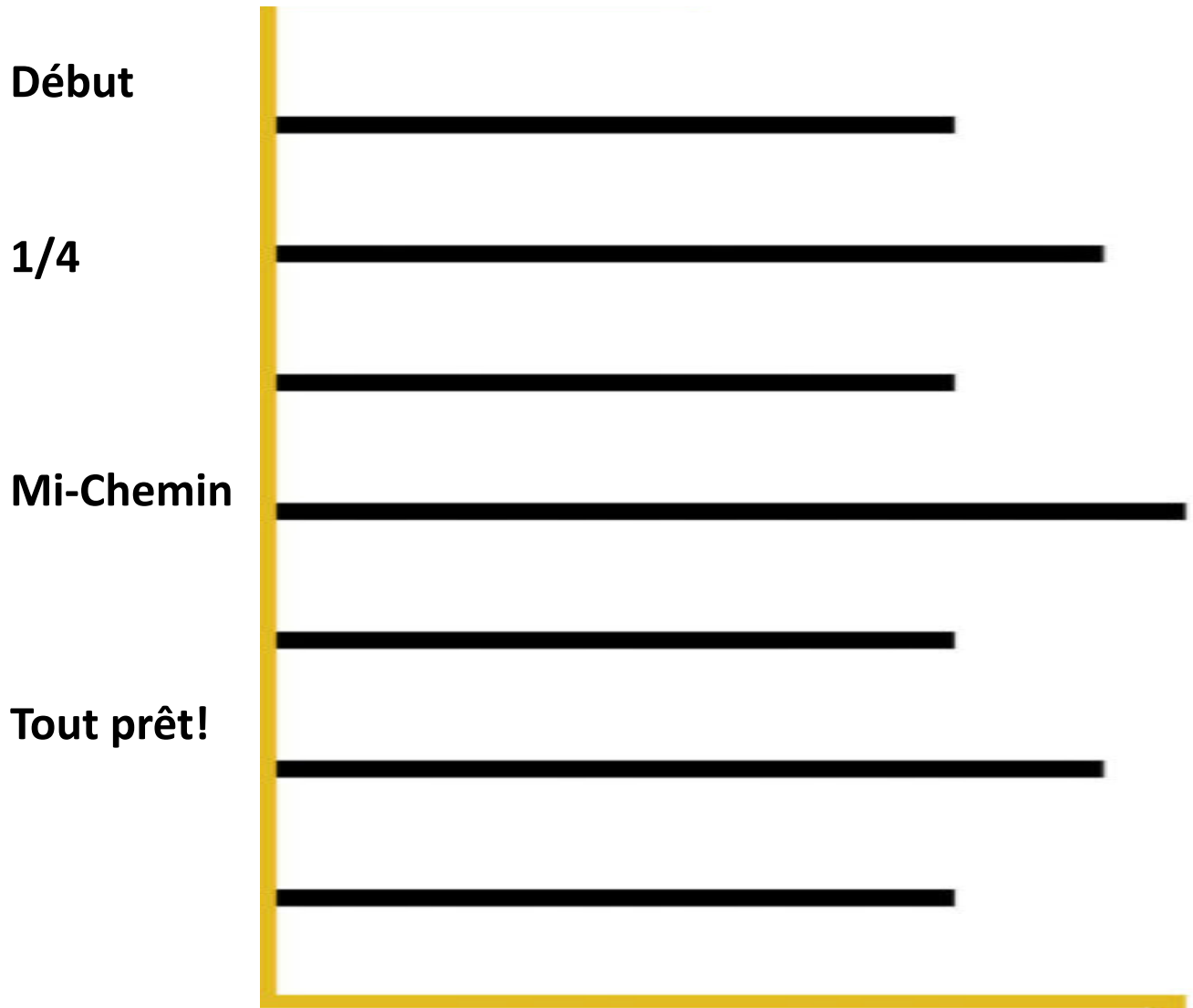
Scénario 3 : Acceptable

--	--	--

--	--	--

--	--	--

★ Une fois les scénarios faits, choisis celui que tu veux mettre en action et établis ton itinéraire/échancier. Cela va te permettre de te maintenir motivé, de simplifier ton objectif et de limiter les risques d'abandon.



But final: _____