

# Calcul mental

Vitesse

Entraînement 1

## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h	

# Déterminer chaque vitesse

90 km en 1 h 30	

# Déterminer chaque vitesse

6 km en 15 min	

## Déterminer chaque vitesse

	55 km en 30 min

# Déterminer chaque vitesse

	1 km en 15 min

# Déterminer chaque vitesse

	390 km en 3 h

*Prenez votre stylo vert...*



## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h	

# Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	

# Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	
90 km en 1 h 30	

# Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	

## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	
6 km en 15 min	

## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	
6 km en 15 min 24 km/h	

## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	55 km en 30 min
90 km en 1 h 30 60 km/h	
6 km en 15 min 24 km/h	

## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	55 km en 30 min 110 km/h
90 km en 1 h 30 60 km/h	
6 km en 15 min 24 km/h	



# Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	55 km en 30 min 110 km/h
90 km en 1 h 30 60 km/h	1 km en 15 min
6 km en 15 min 24 km/h	

## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	55 km en 30 min 110 km/h
90 km en 1 h 30 60 km/h	1 km en 15 min 4 km/h
6 km en 15 min 24 km/h	

## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	55 km en 30 min 110 km/h
90 km en 1 h 30 60 km/h	1 km en 15 min 4 km/h
6 km en 15 min 24 km/h	390 km en 3 h

## Déterminer chaque vitesse

100 km en 2 h 50 km/h	55 km en 30 min 110 km/h
90 km en 1 h 30 60 km/h	1 km en 15 min 4 km/h
6 km en 15 min 24 km/h	390 km en 3 h 130 km/h

# Calcul mental

Vitesse

Entraînement 2

# Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h	

# Déterminer chaque durée

55 km à 110 km/h	

# Déterminer chaque durée

75 km à 50 km/h	



# Déterminer chaque durée

	15 km à 60 km/h

## Déterminer chaque durée

	400 m à 4 km/h

# Déterminer chaque durée

	40 km à 120 km/h

*Prenez votre stylo vert...*

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h	

# Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	
55 km à 110 km/h	

# Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	



# Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	
75 km à 50 km/h	

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	
75 km à 50 km/h 1 h 30 = 90 min	

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	15 km à 60 km/h
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	
75 km à 50 km/h 1 h 30 = 90 min	

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	15 km à 60 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	
75 km à 50 km/h 1 h 30 = 90 min	

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	15 km à 60 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	400 m à 4 km/h
75 km à 50 km/h 1 h 30 = 90 min	

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	15 km à 60 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	400 m à 4 km/h $\frac{1}{10}$ h = 6 min
75 km à 50 km/h 1 h 30 = 90 min	

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	15 km à 60 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	400 m à 4 km/h $\frac{1}{10}$ h = 6 min
75 km à 50 km/h 1 h 30 = 90 min	40 km à 120 km/h

## Déterminer chaque durée

180 km à 60 km/h 3 h	15 km à 60 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
55 km à 110 km/h $\frac{1}{2}$ h = 30 min	400 m à 4 km/h $\frac{1}{10}$ h = 6 min
75 km à 50 km/h 1 h 30 = 90 min	40 km à 120 km/h $\frac{1}{3}$ h = 20 min



# Calcul mental

Vitesse

Entraînement 3

## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h	

## Déterminer chaque distance

Pendant 1 h 30 à 70 km/h	

## Déterminer chaque distance

Pendant 4 h à 5 km/h	

## Déterminer chaque distance

	Pendant 15 minutes à 80 km/h

# Déterminer chaque distance

	Pendant 10 minutes à 120 km/h

## Déterminer chaque distance

	Pendant 6 minutes à 60 km/h

*Prenez votre stylo vert...*



# Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h	

# Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	

# Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	
Pendant 1 h 30 à 70 km/h	

# Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	

## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	
Pendant 4 h à 5 km/h	

## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	
Pendant 4 h à 5 km/h 20 km	

## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	Pendant 15 minutes à 80 km/h
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	
Pendant 4 h à 5 km/h 20 km	

## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	Pendant 15 minutes à 80 km/h 20 km
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	
Pendant 4 h à 5 km/h 20 km	



## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	Pendant 15 minutes à 80 km/h 20 km
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	Pendant 10 minutes à 120 km/h
Pendant 4 h à 5 km/h 20 km	

## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	Pendant 15 minutes à 80 km/h 20 km
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	Pendant 10 minutes à 120 km/h 20 km
Pendant 4 h à 5 km/h 20 km	

## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	Pendant 15 minutes à 80 km/h 20 km
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	Pendant 10 minutes à 120 km/h 20 km
Pendant 4 h à 5 km/h 20 km	Pendant 6 minutes à 60 km/h

## Déterminer chaque distance

Pendant 2 h à 130 km/h 260 km	Pendant 15 minutes à 80 km/h 20 km
Pendant 1 h 30 à 70 km/h 105 km	Pendant 10 minutes à 120 km/h 20 km
Pendant 4 h à 5 km/h 20 km	Pendant 6 minutes à 60 km/h 6 km

# Calcul mental

Vitesse

Entraînement 4

# Déterminer une vitesse

12 km en 3 h	

## Déterminer une vitesse

60 km en 30 min	

150 km à 120 km/h	



	25 km à 100 km/h

	Pendant 3 h à 25 km/h

	Pendant 15 min à 60 km/h

*Prenez votre stylo vert...*

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	
60 km en 30 min	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	
60 km en 30 min 120 km/h	



# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	
60 km en 30 min 120 km/h	
150 km à 120 km/h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	
60 km en 30 min 120 km/h	
150 km à 120 km/h 1 h 15	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	25 km à 100 km/h
60 km en 30 min 120 km/h	
150 km à 120 km/h 1 h 15	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	25 km à 100 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
60 km en 30 min 120 km/h	
150 km à 120 km/h 1 h 15	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	25 km à 100 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
60 km en 30 min 120 km/h	Pendant 3 h à 25 km/h
150 km à 120 km/h 1 h 15	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	25 km à 100 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
60 km en 30 min 120 km/h	Pendant 3 h à 25 km/h 75 km
150 km à 120 km/h 1 h 15	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	25 km à 100 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
60 km en 30 min 120 km/h	Pendant 3 h à 25 km/h 75 km
150 km à 120 km/h 1 h 15	Pendant 15 min à 60 km/h

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

12 km en 3 h 4 km/h	25 km à 100 km/h $\frac{1}{4}$ h = 15 min
60 km en 30 min 120 km/h	Pendant 3 h à 25 km/h 75 km
150 km à 120 km/h 1 h 15	Pendant 15 min à 60 km/h 15 km



# Calcul mental

Vitesse

Test

# Déterminer une vitesse

100 km en 2 h	

# Déterminer une vitesse

20 km en 10 minutes	

# Déterminer une vitesse

90 km en 1 h 30	

# Déterminer une vitesse

8 km en 15 min	

180 km à 60 km/h	

	400 m à 4 km/h

	40 km à 120 km/h



	Pendant 1 h à 53 km/h

	Pendant 15 min à 120 km/h

	Pendant 10 min à 66 km/h

*Posez votre stylo et faites passer vos feuilles devant...*

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	
20 km en 10 minutes	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	
20 km en 10 minutes 120 km/h	



## Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	
20 km en 10 minutes 120 km/h	
90 km en 1 h 30	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	
20 km en 10 minutes 120 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	
20 km en 10 minutes 120 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	
8 km en 15 min	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	
20 km en 10 minutes 120 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	
8 km en 15 min 32 km/h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	
20 km en 10 minutes 120 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	
8 km en 15 min 32 km/h	
180 km à 60 km/h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	
20 km en 10 minutes 120 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	
8 km en 15 min 32 km/h	
180 km à 60 km/h 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h
20 km en 10 minutes 120 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	
8 km en 15 min 32 km/h	
180 km à 60 km/h 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	
90 km en 1 h 30 60 km/h	
8 km en 15 min 32 km/h	
180 km à 60 km/h 3 h	



# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	40 km à 120 km/h
90 km en 1 h 30 60 km/h	
8 km en 15 min 32 km/h	
180 km à 60 km/h 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	40 km à 120 km/h 20 min
90 km en 1 h 30 60 km/h	
8 km en 15 min 32 km/h	
180 km à 60 km/h 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	40 km à 120 km/h 20 min
90 km en 1 h 30 60 km/h	Pendant 1 h à 53 km/h
8 km en 15 min 32 km/h	
180 km à 60 km/h 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	40 km à 120 km/h 20 min
90 km en 1 h 30 60 km/h	Pendant 1 h à 53 km/h 53 km
8 km en 15 min 32 km/h	
180 km à 60 km/h 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	40 km à 120 km/h 20 min
90 km en 1 h 30 60 km/h	Pendant 1 h à 53 km/h 53 km
8 km en 15 min 32 km/h	Pendant 15 min à 120 km/h
180 km à 60 km/h 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	40 km à 120 km/h 20 min
90 km en 1 h 30 60 km/h	Pendant 1 h à 53 km/h 53 km
8 km en 15 min 32 km/h	Pendant 15 min à 120 km/h 30 km
180 km à 60 km/h 3 h	

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	40 km à 120 km/h 20 min
90 km en 1 h 30 60 km/h	Pendant 1 h à 53 km/h 53 km
8 km en 15 min 32 km/h	Pendant 15 min à 120 km/h 30 km
180 km à 60 km/h 3 h	Pendant 10 min à 66 km/h

# Déterminer une vitesse, une durée, une distance

100 km en 2 h 50 km/h	400 m à 4 km/h 6 min
20 km en 10 minutes 120 km/h	40 km à 120 km/h 20 min
90 km en 1 h 30 60 km/h	Pendant 1 h à 53 km/h 53 km
8 km en 15 min 32 km/h	Pendant 15 min à 120 km/h 30 km
180 km à 60 km/h 3 h	Pendant 10 min à 66 km/h 11 km



100 km en 2 h	400 m à 4 km/h
20 km en 10 minutes	40 km à 120 km/h
90 km en 1 h 30	Pendant 1 h à 53 km/h
8 km en 15 min	Pendant 15 min à 120 km/h
180 km à 60 km/h	Pendant 10 min à 66 km/h