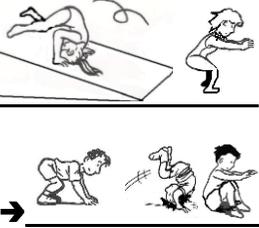
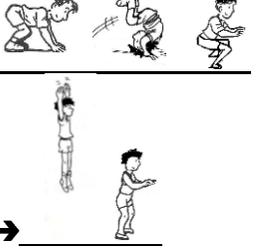
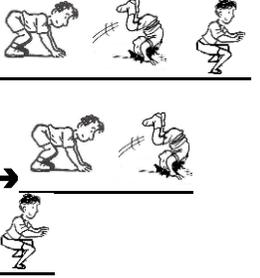


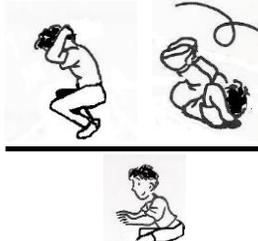
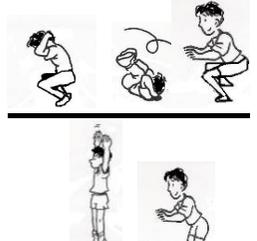
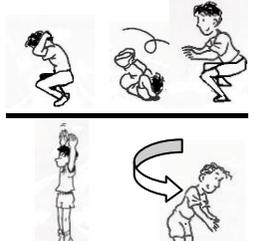
# Rouler en avant

Groupe \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7
<p>Je roule vers le bas <b>sans perdre le foulard</b>, j'arrive <b>assis</b>.</p>	<p>Je roule vers le bas <b>sans perdre le foulard</b> et j'arrive <b>accroupi</b>.</p>	<p>Accroupi, j'arrive <b>assis genoux contre la poitrine</b>.</p>	<p>Je <b>roule</b> vers le bas, j'arrive sur le tapis, puis je roule droit, j'arrive <b>assis</b></p>	<p>Je <b>roule</b> droit et j'arrive <b>accroupi</b></p>	<p>Je <b>roule</b> droit et j'enchaîne un <b>saut vers le haut</b>.</p>	<p>Je <b>roule</b> droit et j'arrive accroupi, puis j'enchaîne une <b>deuxième roulade</b>, et j'arrive <b>accroupi</b>.</p>
						

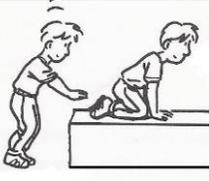
# Rouler en arrière

Groupe \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7
<p>Je roule vers le bas, mains derrière la tête sans perdre le foulard, j'arrive à <b>genoux</b>.</p>	<p>Je roule vers le bas, mains derrière la tête sans perdre le foulard, j'arrive à <b>genoux</b>, <b>bras vers l'avant</b></p>	<p>Je roule vers le bas, mains derrière la tête sans perdre le foulard, j'arrive <b>accroupi</b>.</p>	<p>Mains derrière la tête, je <b>roule en arrière</b> droit, j'arrive à <b>genoux</b>.</p>	<p>Je <b>roule en arrière</b> et j'arrive <b>accroupi mains vers l'avant</b>.</p>	<p>Je <b>roule en arrière</b> et j'arrive <b>accroupi mains vers l'avant</b>, j'enchaîne avec un <b>saut vertical vers le haut</b></p>	<p>Je <b>roule en arrière</b> et j'arrive <b>accroupi mains vers l'avant</b>, j'enchaîne avec un <b>saut vertical avec demi-tour</b>.</p>
						

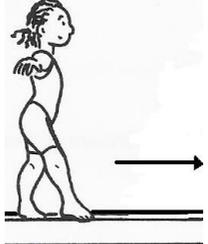
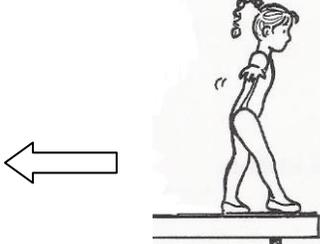
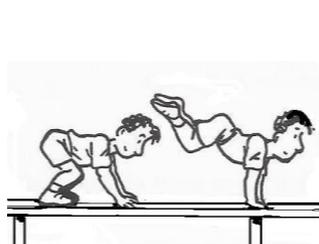
# Franchir

Groupe \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7	8
Je saute pour arriver à genoux.	Puis je réalise un saut de lapin.	Je saute pour arriver accroupi.	Puis je réalise un saut de lapin.	Je saute sur le tremplin pour arriver à genoux.	Puis je réalise un saut de lapin.	Je saute sur le tremplin pour arriver accroupi.	Puis je réalise un saut de lapin.
							

# Réaliser un enchaînement sur la poutre

Groupe \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6
Je marche en avant.	Je marche en arrière.	Je franchis des objets.	Je fais des arabesques.	Je fais un demi-tour.	Je fais un saut de lapin.
					

# M'équilibrer sur la poutre

Groupe \_\_\_\_\_

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
----------	----------	----------	----------	----------

Fente avant	Sur un pied	Accroupi	Jambes écart	Planche sur 1 pied
				