Nr. du poste

Artiste du balance

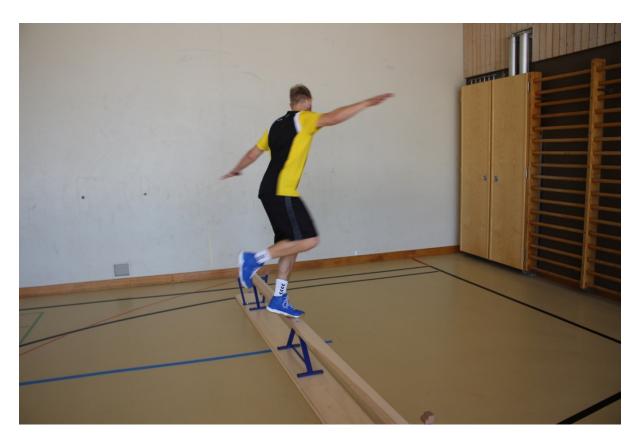
Mise en place du poste:

Mettre le banc avec le côté étroit vers le haut.

Matériel par binôme:

o 1 banc

Exercice:



Sur la partie étroite du banc faire des demi-pirouette (180°) ou des pirouette (360°) sur une jambe sans tomber du banc.