

Équilibriste III

Nr. du poste

Mise en place du poste:

Poser les couvercles de caissons sur le sol et les relier avec les barres fixes.

Matériel:

- 3 couvercles de caisson
- 2 barres fixes

Exercice:



Faire des traversées en ajoutant des sauts et des rotations de 180 ou 360 degrés.