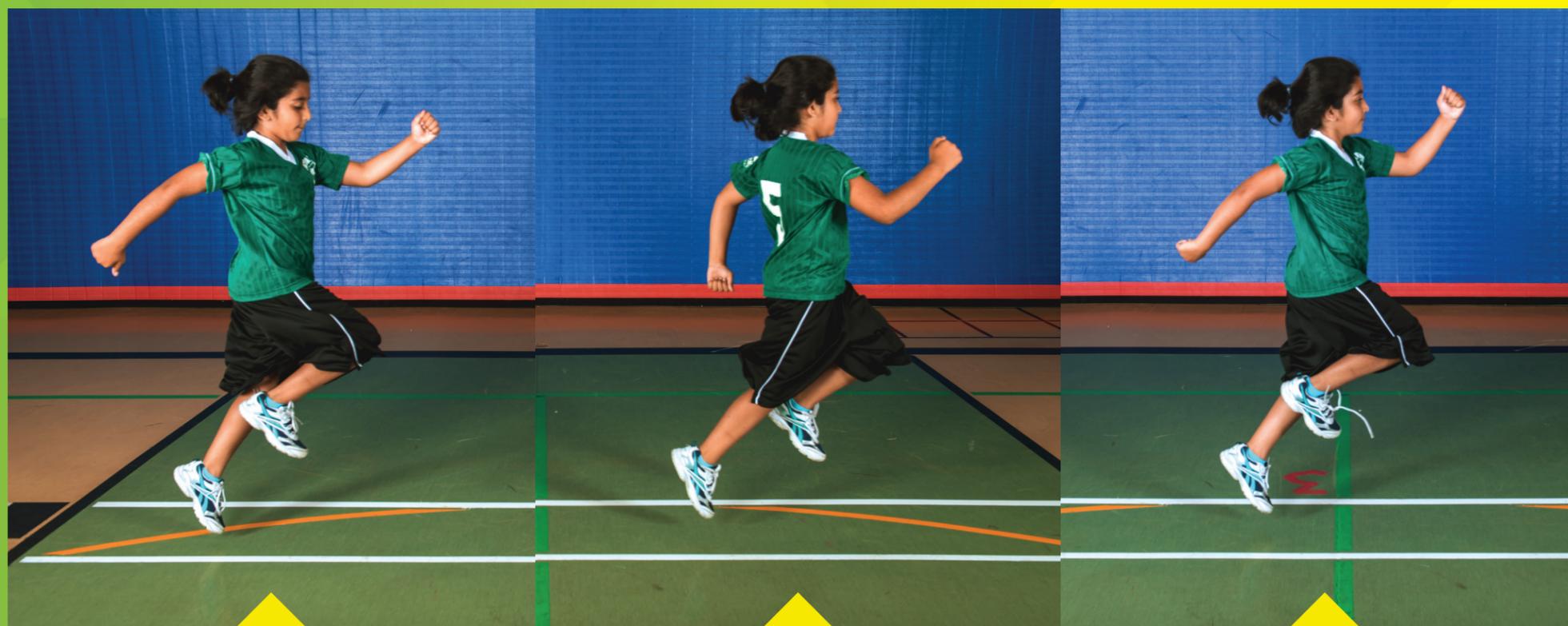




Lire le code à barres 2D pour voir la vidéo de démonstration

Sautiller



ACTION

- Faire des sauts successifs rythmés

ACTION

- Utiliser les deux côtés du corps en alternance
- Balancer les bras à l'opposé des jambes

ACTION

- Être en phase de suspension avec un genou élevé