

## SORTIE SALTO ARRIERE AUX ANNEAUX



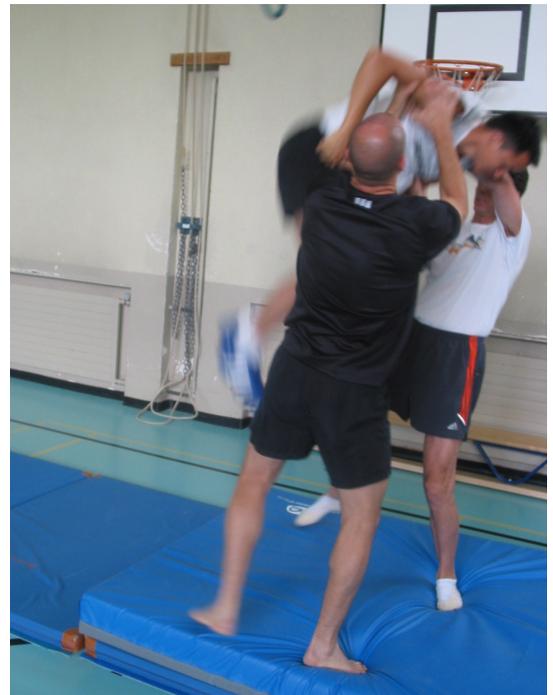
au 2<sup>ème</sup> balancer, placer les mains derrière les cuisses et les épaules pour aider la rotation



les aides accompagnent le mouvement



position stable des aides!



accompagner le mouvement jusqu'au bout