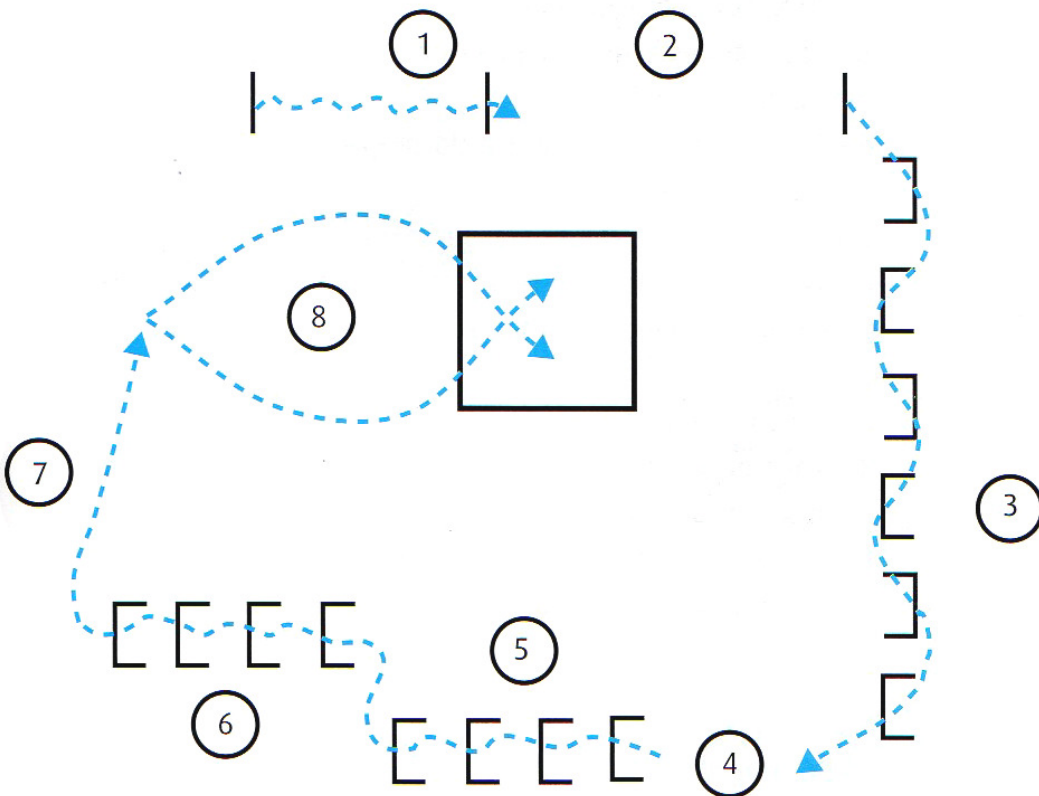
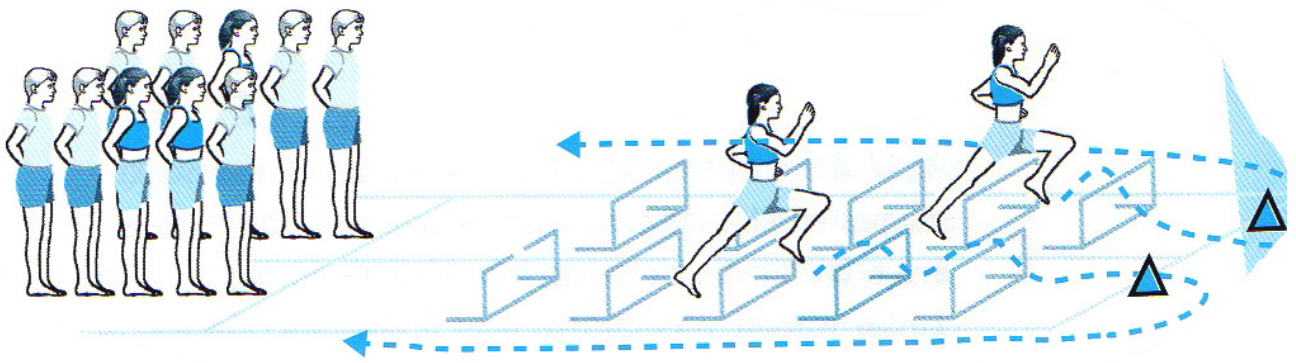




Vous pouvez introduire une variante à ce jeu en rajoutant une troisième couleur de cerceau dans lequel ils devront passer à pieds joints.



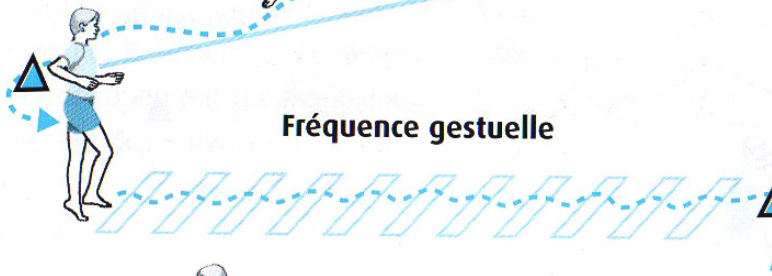


## PARCOURS COURSES

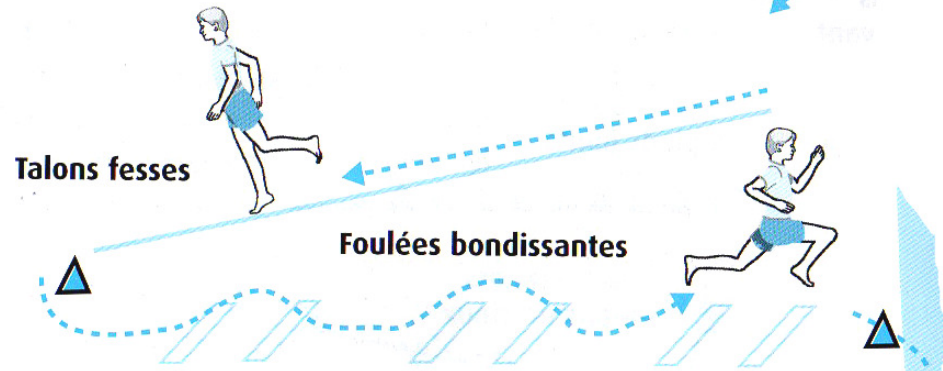
Slalom



Déplacements latéraux

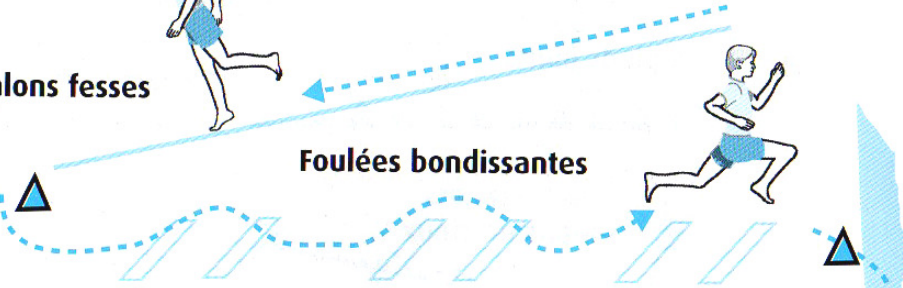


Fréquence gestuelle



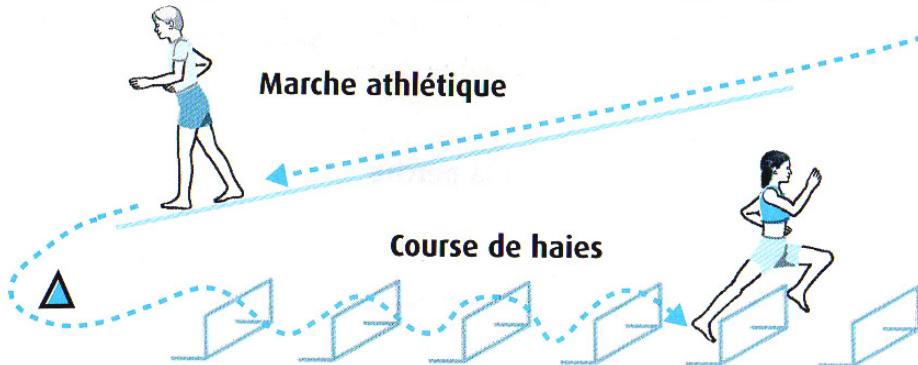
Talons fesses

Foulées bondissantes



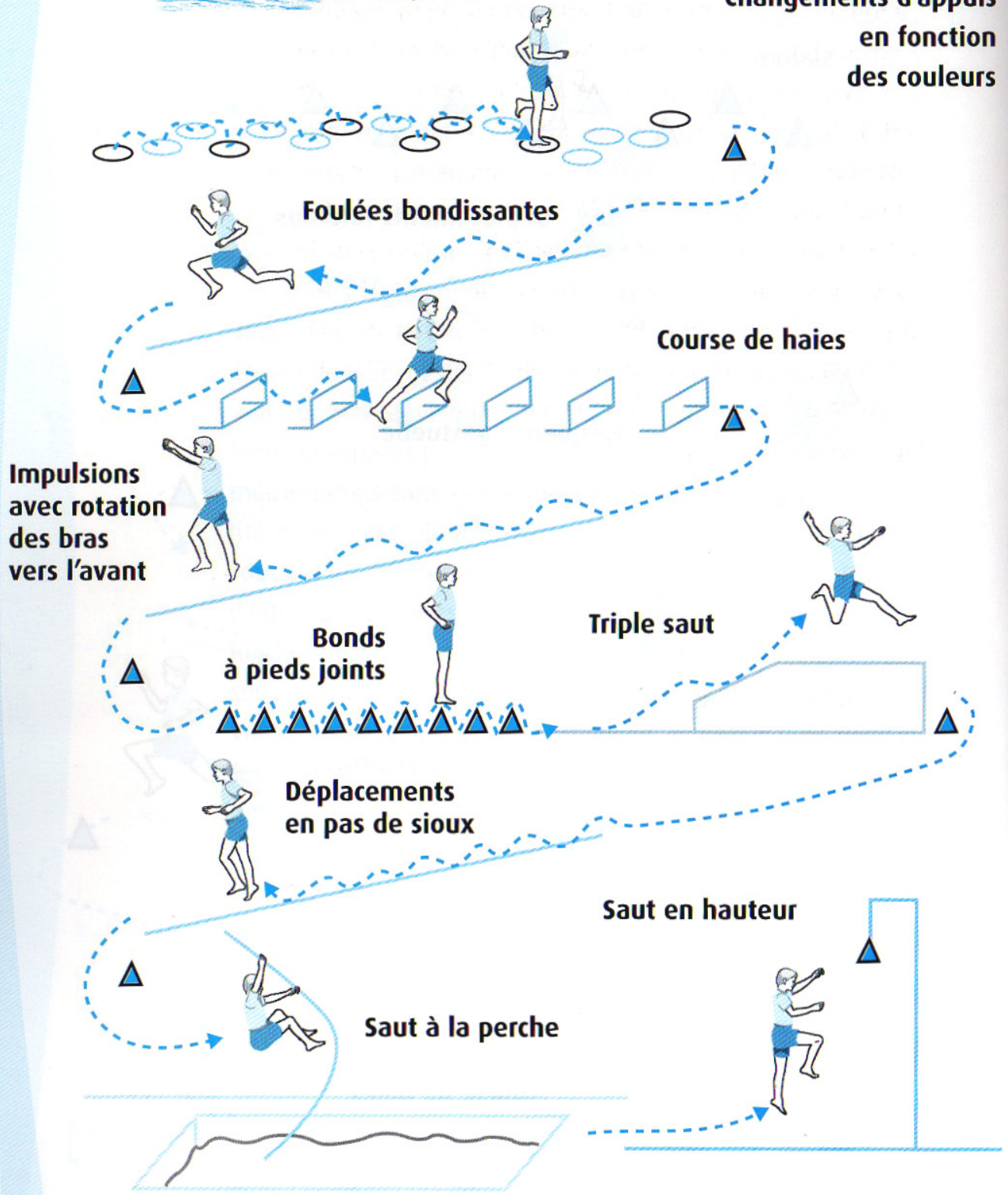
Marche athlétique

Course de haies



# PARCOURS SAUTS

Changements d'appuis  
en fonction  
des couleurs





# PARCOURS MULTIFORMES

