

1



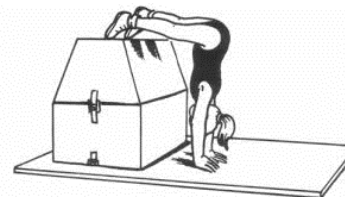
Se suspendre, se balancer.
Traverser les barres parallèles

2



Déplacement sur une poutre
En avant et an arrière et faire
un demi-tour

3



Appui renversé, corps aligné
Pieds sur la plinth.

4



Déplacement sur une poutre
En avant et par-dessus des
objets

5



Courir, sauter sur un trampoline

6



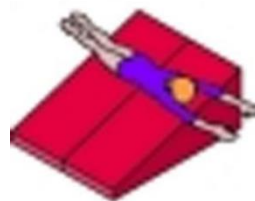
Déplacement sur une poutre
En avant

7



Se laisser tomber en arrière

8



Se laisser rouler sur un plan
incliné

ATELIER 1

1



10 minutes de film

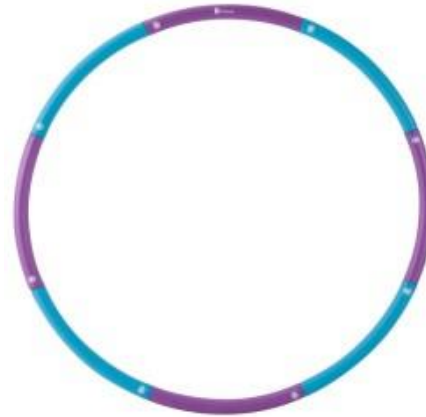
ATELIER 3

Vidéo sur les différentes formes de gymnastique

2



3

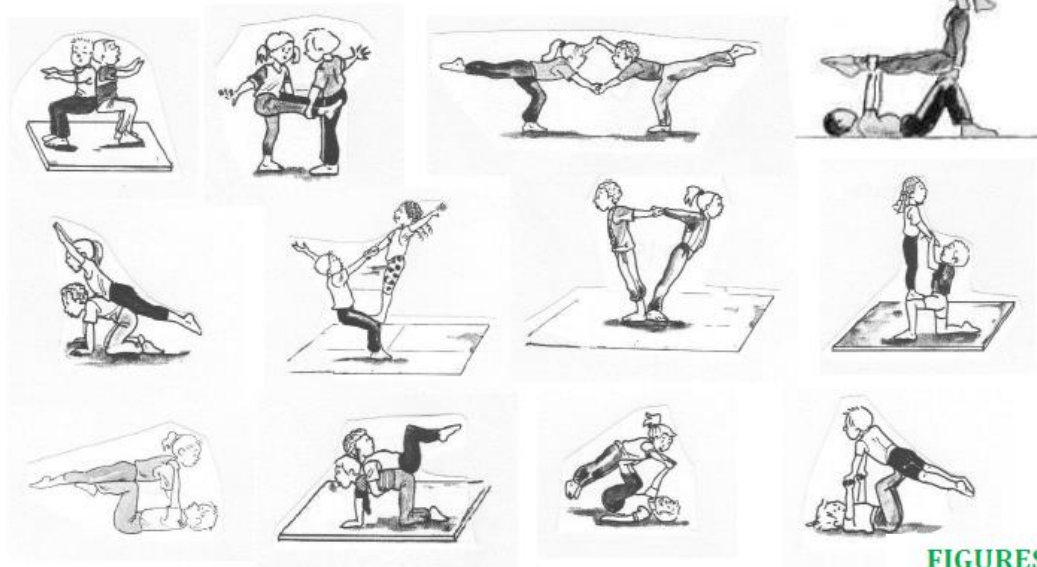


4

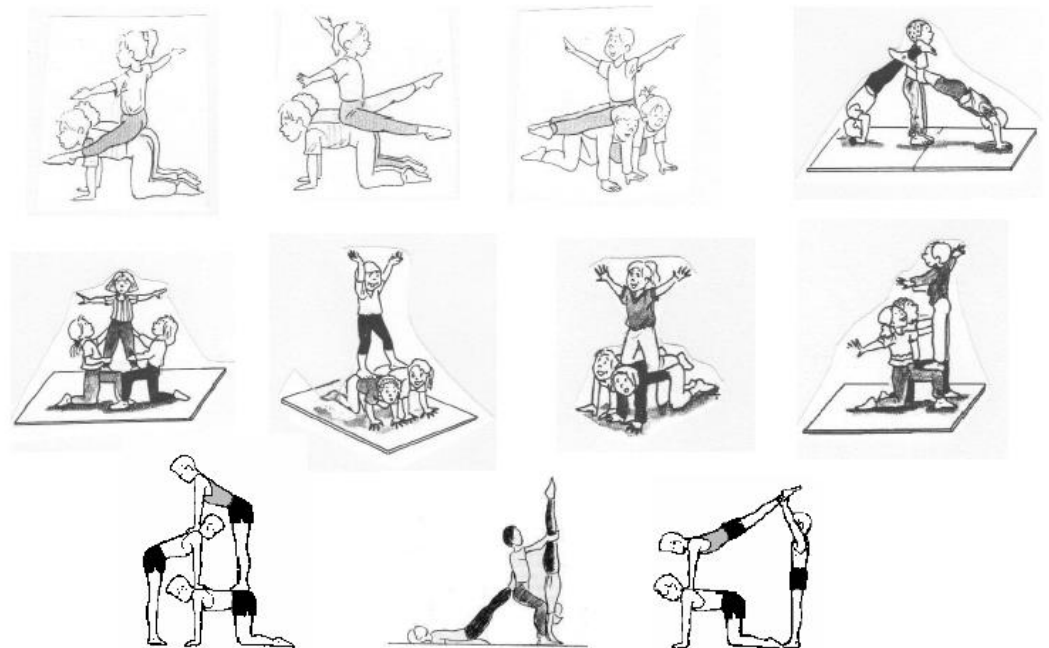


Découverte de la GRS . Tester le ruban, le cerceau et le ballon.

FIGURES A 2



FIGURES A 3



ACROSPORT Réalisation de figures
par groupe de 2 ou 3

ATELIER 4

