

On saute !

Posted on *March 19,2019* by *Marine Julian*

Depuis la reprise, les élèves s'entraînent, tous les mercredis matins, à sauter. Pour l'instant, nous nous concentrons sur différents façons d'effectuer des sauts :

- sauter loin ;
- sauter par-dessus un obstacle ;
- sauter à pieds joints ;
- sauter à cloche-pied ;
- sauter sur un obstacle (à genoux ou, encore mieux, sur ses pieds !) ;
- sauter en contre-bas avec une bonne réception et en marquant l'arrêt.

[gallery type="rectangular" ids="35950,35951,35952,35953,35954,35955,35956,35957,35958,35959,35960"]

Posted in: *MSA* | Tagged: *Activité* | With 0 comments
