

Défi n°11 : acrosport

Prestation artistique ou acrobatique

Ce qu'il faut faire

Je reproduis les figures et je tiens la position 30 secondes.

Attention à réaliser ces figures en toute sécurité (soit sur un tapis, soit sur un lit).



Figure 1



Figure 2



Figure 3

Rôles à tenir : 1 porteur + 1 voltigeur + 1 pareur + 1 photographe + juge

Matériel : 1 système de chronométrage + 1 tapis ou 1 matelas

Variantes

- Imaginer d'autres figures ; les dessiner.
- Enchaîner 3, 4... figures au choix à tenir chacune 5 secondes.