

Acrobatie avec partenaire – Figures statiques: Pyramide circulaire

La réalisation d'une pyramide circulaire est l'objectif de cet exercice. Elle peut être assurée par une tierce personne.

Trois élèves forment un triangle, debout jambes écartées. Ils inclinent leur buste vers l'avant et se tiennent mutuellement par les épaules pour se stabiliser. Trois camarades grimpent sur leurs hanches et se tiennent par les mains afin de garantir l'équilibre de la pyramide.

Remarque: La pyramide circulaire est très stable en principe, mais elle doit être surveillée par d'autres élèves.



Source: Corinne Spichtig, Yann Krieger



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO