

Danse: Eléments d'équilibre

Pour les éléments d'équilibre, le corps reste dans une certaine position sur une surface d'appui restreinte. Ces éléments peuvent être exécutés sur un pied ou sur différentes parties du corps. Aperçu.

[Danse: Eléments d'équilibre](#) (pdf)



Source: Hessloehl, S. (2010). Cahier pratique «mobile» 70/2010: Danse. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO