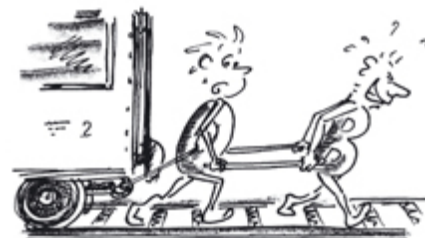


Petits agrès – Canne suédoise: Locomotive

Au cours de cet exercice, les élèves apprennent à suivre le mouvement de leur partenaire. Pour les plus avancés, il est aussi possible de le réaliser avec les yeux fermés.

A et B se déplacent à travers la salle l'un derrière l'autre en tenant une canne dans chaque main.



Variantes

plus difficile

- A ferme les yeux et se laisse mener par B.
- Le contraire, celui de devant ferme les yeux.

Source: Cahier pratique «mobile» 29/2007, Mariella Markmann, Claudia Harder



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO