

# Sauts en cascade – Premiers sauts: Saut en longueur

Les élèves découvrent les caractéristiques de l'AirTrack tout en améliorant leur détente.

Qui réussit à traverser la piste en un nombre défini de sauts? Qui effectue la traversée avec le moins de sauts possibles?



Source: Melanie Keller, monitrice J+S Gymnastique aux agrès



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**