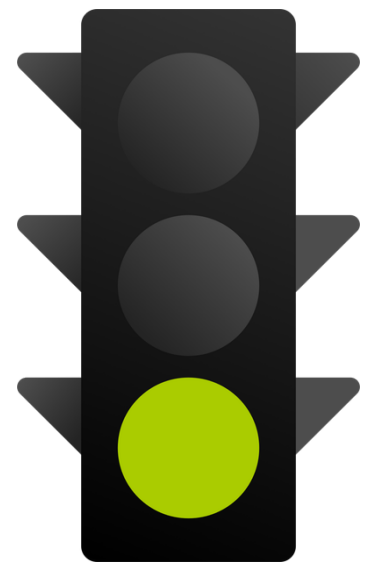


MINI-TRAMPOLINE ROTATION



1

Roulade



Appel pieds joints sur le trampoline



les mains viennent se poser sur le tapis loin devant moi



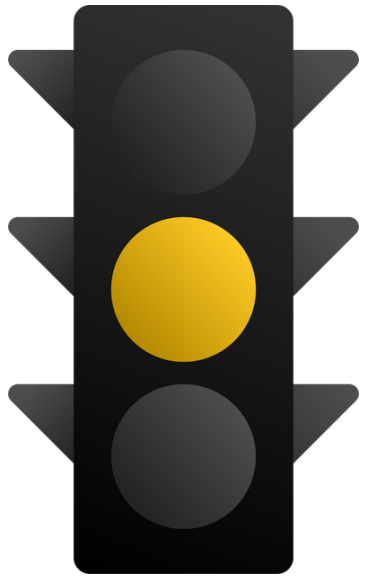
La tête est rentrée, le menton à la poitrine pour enclencher la rotation



Réception stable debout pieds joints ou accroupi

MINI-TRAMPOLINE

ROTATION



2 Roulade sur élément haut



Appel pieds joints sur le trampoline



les mains viennent se poser sur le tapis loin devant moi

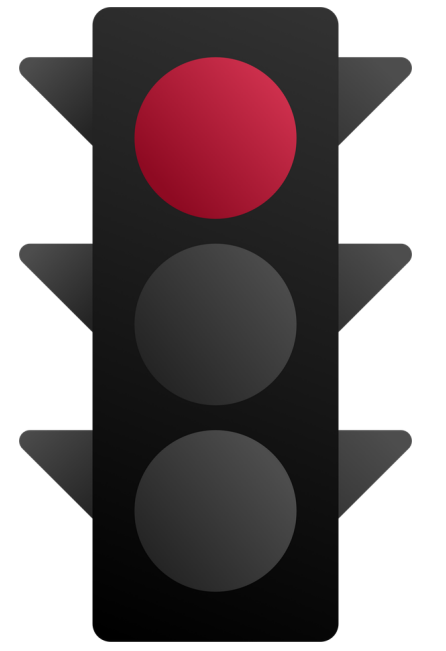


La tête est rentrée, le menton à la poitrine pour enclencher la rotation



Réception stable debout pieds joints ou accroupi

MINI-TRAMPOLINE ROTATION



3

SALTO Depuis un Contre-haut



Appel pieds joints sur le trampoline



Bras qui montent au dessus de la tête et qui redescendent pour chercher à toucher ses tibia

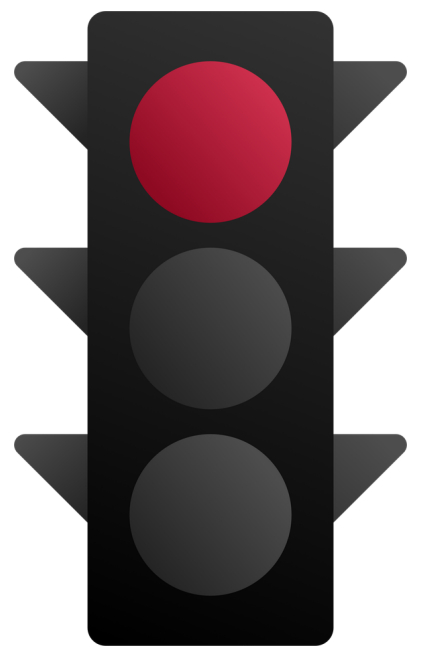


La tête est rentrée.



Réception stable pieds joints ou en fente

MINI-TRAMPOLINE ROTATION



4 Salto Avant Groupé



Appel pieds joints



Bras qui montent au dessus de la tête et qui redescendent pour chercher à toucher ses tibiaux



La tête est rentrée.



Réception stable pieds joints ou en fente