

## Défi : Parcours acrobatique

### Prestation artistique ou acrobatique

#### Ce qu'il faut faire

Faire deux tours de maison (de jardin ou de salon).

Prendre la corde à sauter et faire dix sauts.

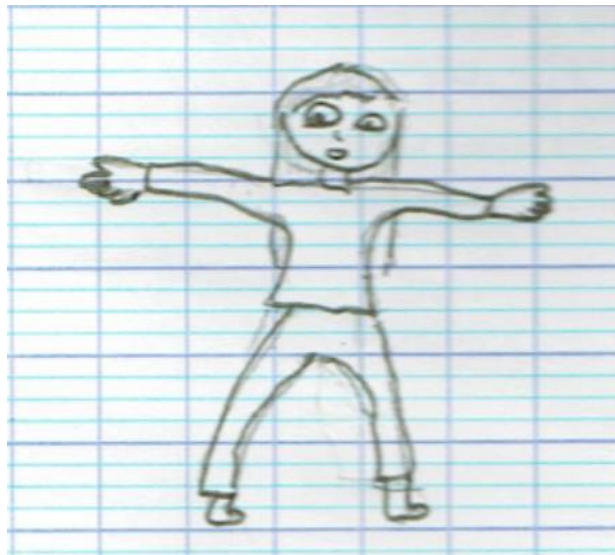
Prendre un coussin et sauter par-dessus de toutes les manières possibles.

Lever le genou droit puis le gauche deux fois.

Tendre le bras gauche puis le droit.

Ecarter les jambes, baisser la tête deux fois.

Tout refermer puis baisser la tête pour saluer.



**Rôles à tenir :** le sportif, le spectateur

**Matériel :** une corde à sauter, un coussin