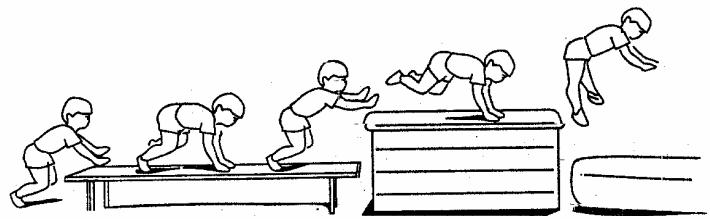


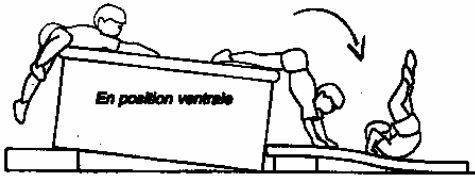
**Franchissement** (grands). Avec ou sans appuis min. Avec ou sans appuis pieds.  
Jambes groupées ou écartées.  
Sauter contrebas (petits).  
Imposer une réception équilibrée.

## Le **plinth**

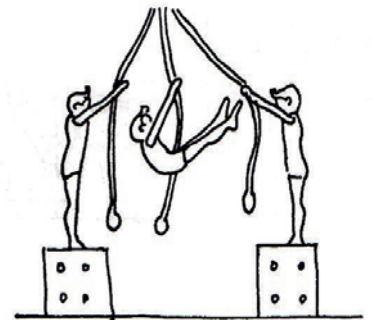
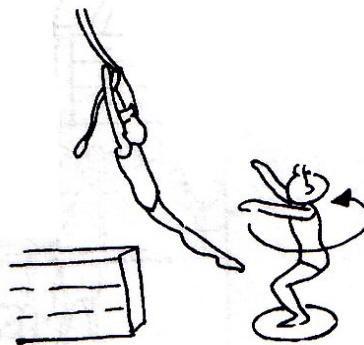
**Du cycle 2  
au  
cycle 3**



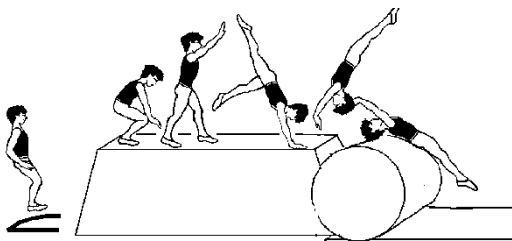
Bonds de lapins



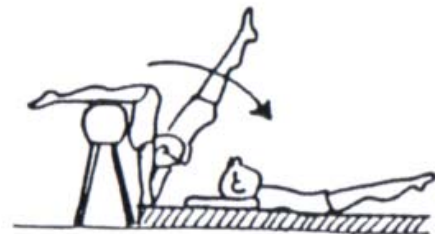
Préparation de la roulade



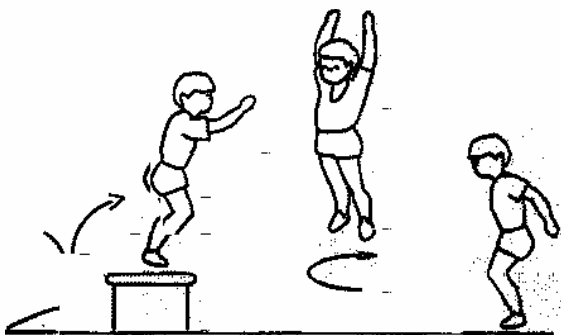
Saut de Tarzan.



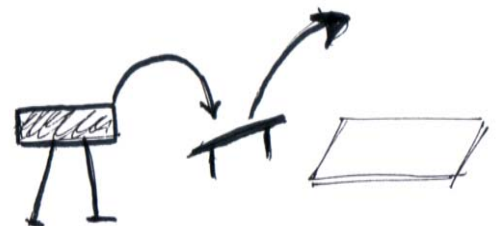
Saut de lune avec parade du maître.



Tomber plat dos  
Conserver l'alignement bras jambes tronc



Saut avec appui manuel. Franchissement.  
Réception équilibrée, jambes et bras tendus.  
Varier les hauteurs



Utilisation du trampoline.