

Se renverser

Se propulser au sol grâce à une coordination des appuis manuels et pédestres

-sans appuis manuels



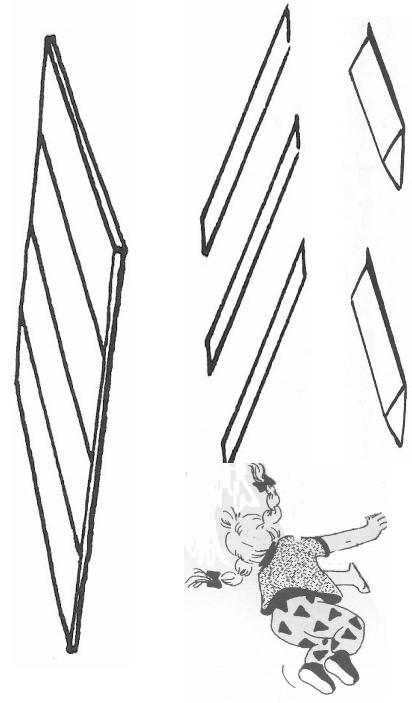
la grenouille

-avec appuis manuels

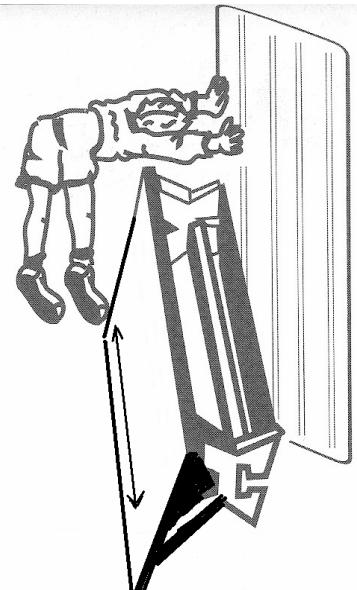
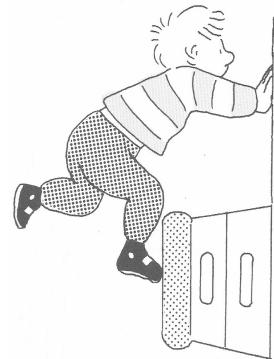
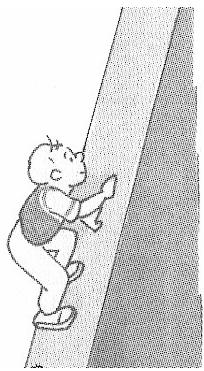


le lapin

-avec des obstacles à franchir



Supporter le poids du corps sur les mains



Supporter de plus en plus de poids de corps par un alignement

-monter les pieds de plus en plus haut

