




LA ROULADE ARRIERE

Arrivée sur les genoux	Arrivée accroupie	Arrivée jambes tendues ou écart
 <p><u>Critères de réussite :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Départ sur les fesses - Rouler droit - Arrivée équilibrée sur les genoux 	 <p><u>Critères de réussite :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Départ accroupi - Rouler droit - Arrivée accroupie, pieds serrés 	 <p><u>Critères de réussite :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Départ accroupi - Rouler droit - Arrivée jambes tendues serrées ou jambes tendues écartées