

L-STEP

<p>DESCRIPTION</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. monte pied droit dans l'axe 2. tape pied gauche sur le haut du step 3. descend pied gauche sur le côté 4. tape pied droit au sol 5. remonte pied droit 6. tape pied gauche sur le haut du step 7. descend pied gauche derrière le step 8. assemble pied droit <p><i>*à utiliser pour changer de pied directeur</i></p>
<p>SCHEMA</p> <p>PIED DROIT PIED GAUCHE</p>	
<p>REPERES</p>	<ul style="list-style-type: none"> • je suis face au step • je monte au milieu dans l'axe • je descends sur le côté de profil • je fais la même chose en sens inverse pour revenir
<p>CRITERES DE REALISATION</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Je pose bien le pied entier sur le milieu du step ○ J'amortis en descendant