

L-STEP-TRAVERSE

<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 au milieu du step 6. pose pied gauche à côté 7. descend pied droit de l'autre côté du step 8. assemble pied gauche <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 traverse le step dans la longueur • je termine sur le côté du step
<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