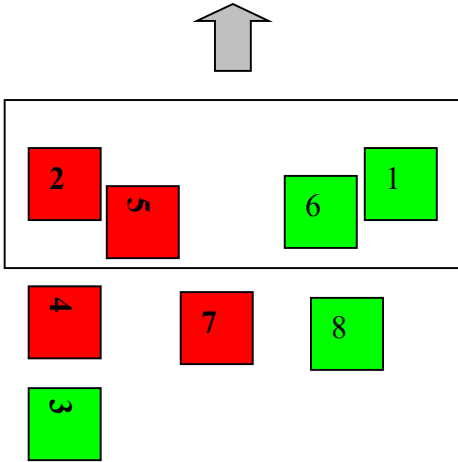


# V TOURNANT

TURN STEP

<b>DESCRIPTION</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. monte pied droit sur le bord droit du step</li><li>2. monte pied gauche sur le bord gauche</li><li>3. descend pied droit de profil par rapport au step</li><li>4. assemble pied gauche</li></ol>
<b>SCHEMA</b>  PIED DROIT PIED GAUCHE	 <p>The diagram illustrates the sequence of foot placements for a V-turn step. A grey arrow points upwards. A box contains red squares 2 and 5, and green squares 6 and 1. Below are red squares 4, 7, and 8, and a green square 3.</p>
<b>REPERES</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• je suis face au step</li><li>• en montant : j'écarte mes appuis</li><li>• en descendant : je les resserre et je suis parallèle au step</li></ul>
<b>CRITERES DE REALISATION</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Je pose bien le pied entier sur le step</li><li>○ J'amortis en descendant</li></ul>

ISABELLE BOULNOIS ET PASCAL KOGUT MAI 2005