



## CE

### Se projeter

Rebondir en rythmant

Plus difficile

#### La croix cloche



**Consigne** : je réalise l'enchaînement sur un puis sur l'autre pied.

**Critère de réalisation** : je respecte le rythme de l'enchaînement.

Plus facile

#### La croix séparée



**Consigne** : je réalise la 1<sup>ère</sup> bande en arrière et en avant puis je la 2<sup>ème</sup> bande de droite à gauche et inversement.

**Critère de réalisation** : je respecte le rythme de l'enchaînement.

#### La petite croix



**Consigne** : départ 2 pieds au centre, 1 cloche pied gauche devant, 2 pieds au centre, 1 cloche pied droit en arrière et ainsi de suite.

**Critère de réalisation** : je respecte le rythme de l'enchaînement.

#### #15 LA CROIX



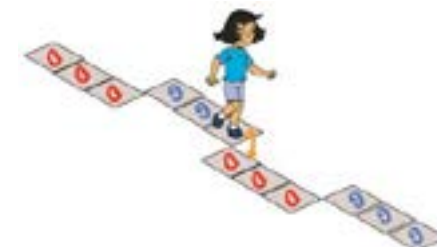
#### La grande croix



**Consigne** : départ au centre sur 2 pieds, j'enchaîne 2 cloches pied G en avant (le retour au centre se fait de la même façon) puis sur le côté droit, 2 cloches pied D en arrière puis sur le côté gauche.

**Critère de réalisation** : je respecte le rythme de l'enchaînement.

#### La croix déroulée



**Consigne** : j'alterne 3 cloches pied droit et 3 cloches pied gauche.

**Critère de réalisation** : je respecte l'alternance des cloches et le rythme de l'enchaînement.