

# SAUT A LA CORDE

## DEFI # 2

# 1

SAUTE SUR LE PIED GAUCHE  
LE NOMBRE D'ANNEES DE TON AGE



# 2

SAUTE SUR LE PIED DROIT  
LE NOMBRE D'ANNEES DE TON AGE



# 3

SAUTE D'UN PIED SUR L'AUTRE  
LE NOMBRE D'ANNEES DE TON AGE



LES SAUTS DOIVENT S'ENCHAINER, SANS ARRÊTS  
POUR POUVOIR PASSER D'UN NIVEAU AU NIVEAU SUPERIEUR