



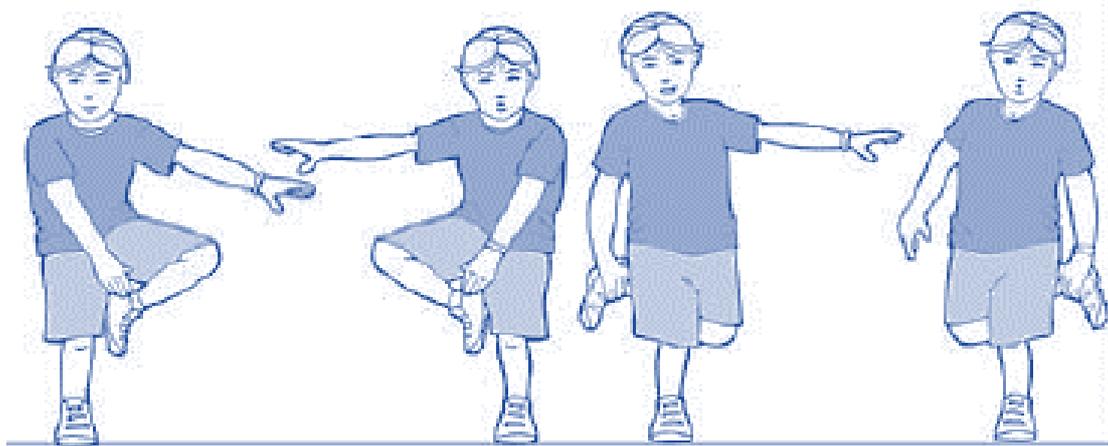
DÉFI N°14

DANSE IRLANDAISE

Selon votre équilibre et votre agilité :

Réalisez le plus de cycle possible sans faute :

1 cycle : toucher ses pieds avec la main opposée, dans l'ordre :
croisé devant ; croisé devant ; croisé derrière ; croisé derrière :
A-B-C-D



A

B

C

D

Faute : - Reposer un pied avant qu'il ait été touché.
- Ne pas respecter l'ordre A-B-C-D.

**Combien de temps de cycles réussirez vous à faire en
1minute ?**

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
20	30	40

Trop facile ?

Faites-le les yeux fermés et/ou sur un coussin...