

Acrobatie avec partenaire – Figures dynamiques: Human wheel challenge

Dans cet exercice en groupe, les élèves forment une roue géante. Une figure à la fois spectaculaire et ludique!

Le «Human wheel challenge» est un mouvement continu qui implique au moins six personnes. Le premier élève se tient debout un pied devant l'autre, les mains sur le côté. Le second «s'accroche» à lui, le regard dans la direction opposée, en lui prenant la main (prise de poignet). Leurs pieds se touchent. Le poids est transféré vers le premier élève.

Les autres élèves se rattachent aux autres selon le même principe, en transférant toujours le poids de manière à ce que la construction tourne comme un roue. Celui qui tombe en cours de route va se raccrocher de l'autre côté.

Source: Corinne Spichtig, Yann Krieger



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO