Epreuve : Rotation ariane

NUMÉRO	NOM	GRAND-ÉCART GAUCHE				GRAND-ÉCART FACIAL				GRAND-ÉCART DROIT				COMMENTAIRES
		Grand-écart à plat	Les genoux sont en pleine extension, chevilles et orteils en pleine flexion	Les oreilles, les épaules et le tronc sont alignés verticalement	Le genou droit pointe vers le sol	Grand-écart à plat	Les genoux sont en pleine extension, chevilles et orteils en pleine flexion	Les oreilles, les épaules et le tronc sont alignés verticalement	Les genoux pointent vers le haut	Grand-écart à plat	Les genoux sont en pleine extension, chevilles et orteils en pleine flexion	Les oreilles, les épaules et le tronc sont alignés verticalement	Le genou gauche pointe vers le sol	