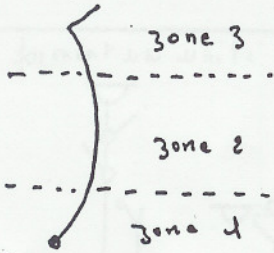
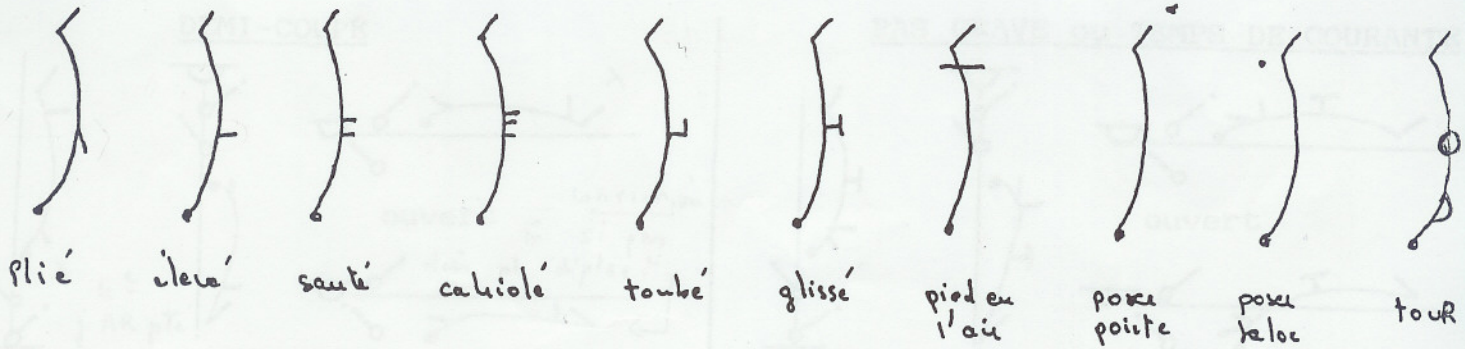


Battu Eld-d

2009-04-20



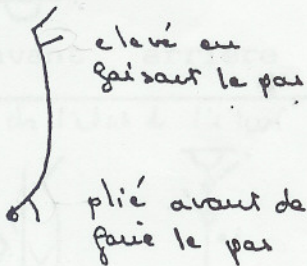
les signes sur la zone 3 s'effectuent au MOMENT de faire le pas, en traversant le poids du corps.

les signes sur la zone 2 s'effectuent pendant le trajet de la zone 2

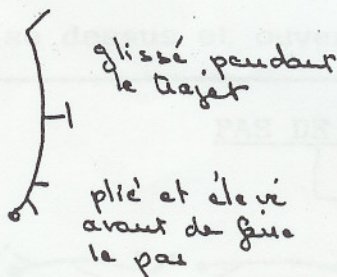
les signes sur la zone 1 s'effectuent AVANT de faire le pas avant le poids du corps reposant sur l'autre pied.

1/2 coupé

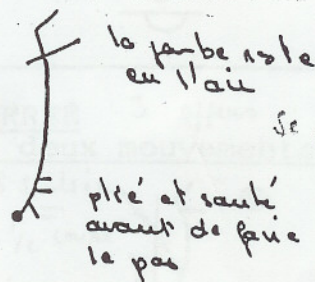
j. d. libre



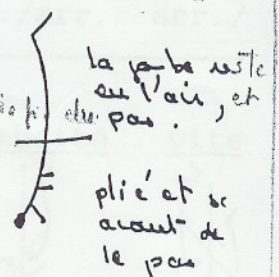
pas grave



Contretps bolonné

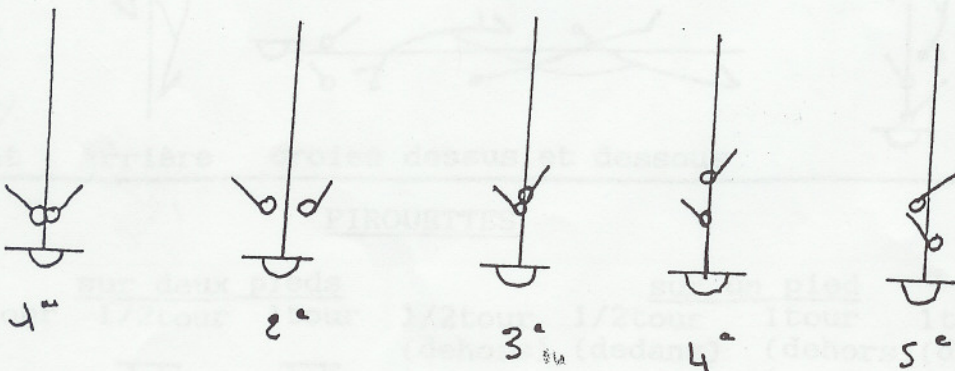


1/2 Contretps



simplet

positions



position, unbrée