









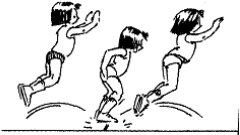
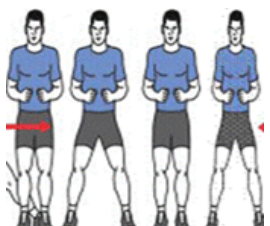





POSITIONS			
			
Debout	Assis	A genoux	A quatre pattes
			
Couché sur le dos	Couché sur le ventre	Accroupi	Position de pompes

DEPLACEMENTS			
			
Courir	Marcher	Sauter	Ramper
			
Faire des Pas chassés	Faire des Sauts cloche-pied	Faire des Sauts pieds joints	Faire des Foulées bondissantes