**MARCHE DE RADETZKI -pour les petits-**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **1** | **3** | **4** | **3** | **4** | **3** | **1** |
| **C C C M M**  **C C C M M**  **C M M**  **C M M**  **Marcher**  **C C C M M**  **C C C M M**  **C M M**  **C M M**  **Marcher** | **M T C F**  **M T C F**  **M T C F**  **M T C F**  **M T C F**  **M T C F**  **M T C F**  **SAUT** | **C C C M M**  **C C C M M**  **C M M**  **C M M**  **Marcher**  **C C C M M**  **C C C M M**  **C M M**  **C M M**  **Marcher** | **M T**  **M T**  **M T**  **C**  **M T**  **M T**  **M T**  **C**  **M T**  **M T**  **M T**  **C**  **M T**  **M T**  **M T**  **C** | **Talon-**  **M (simultanément)**  (2x8) | **M T**  **M T**  **M T**  **C**  **M T**  **M T**  **M T**  **C** | **Talon-**  **M**  (2x8) | **M T**  **M T**  **M T**  **C**  **M T**  **M T**  **M T**  **C** | **C C C M M**  **C C C M M**  **C M M**  **C M M**  **Marcher**  **C C C M M**  **C C C M M**  **C M M**  **C M M**  **Marcher** |

**C : cuisses T : torse M : mains F : fesses**