

Défi n° 15 : le ballon

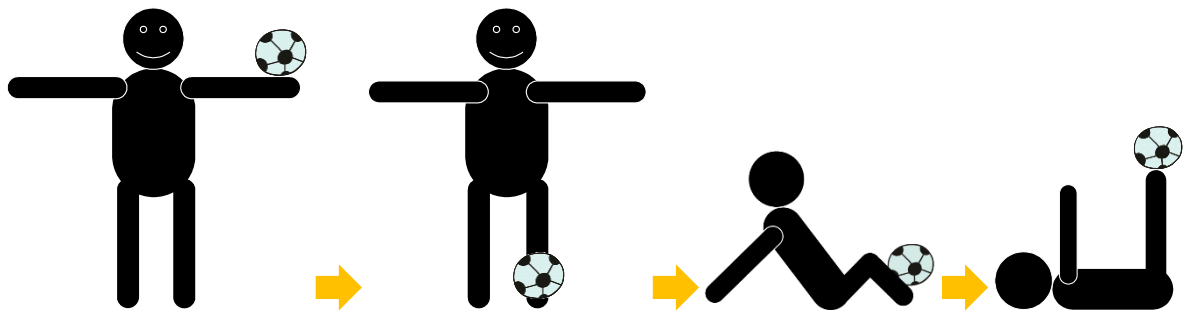
Prestation artistique ou acrobatique

Ce qu'il faut faire

Je choisis 4 figures et je réalise un enchaînement sans faire tomber le ballon. [ANNEXE 1](#)

Je soigne la transition entre 2 figures.

Rôles à tenir : joueur + juge + journaliste (pour filmer pour photographeur).



Matériel : 1 ballon

Variantes

- Réaliser les enchaînements avec 2 ballons.
- Utiliser du mobilier : chaise, fauteuil, lit, banc, etc.
- Se déplacer.
- Prestation en parallèle à 2.
- Imaginer d'autres mouvements.
- Répéter un enchaînement de plus en plus long en ajoutant chaque fois 1 position.

ANNEXE 1

FIGURE 1

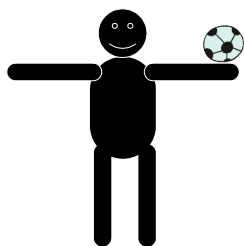


FIGURE 2

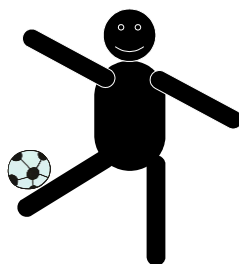


FIGURE 3

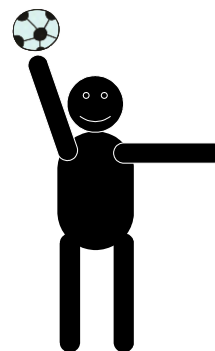


FIGURE 4

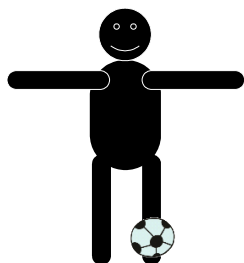


FIGURE 5



FIGURE 6

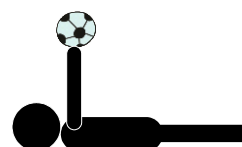


FIGURE 7



FIGURE 8

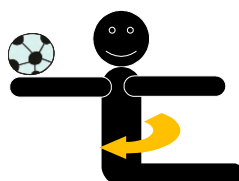


FIGURE 9

