

# Introduction à la coordination corporelle

- Gymnastique de coordination rythmique, à pratiquer debout -

Christian Salut

## LÉGENDE

Main D frappe cuisse D
Main G frappe cuisse G
Pied droit frappe le sol
Pied gauche frappe le sol

*\* Attention à votre équilibre : après la frappe, laissez vos pieds plaqués au sol !*