

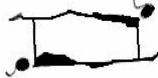










FICHE DUO STATIQUE VOLTIGEUR A L'EQUERRE VARIEE

VOLTIGEUR POSITION

A	<p><u>Porteur</u> : allongé sur le dos, jambes fléchies, maintient les chevilles du voltigeur, bras tendus verticaux. <u>Voltigeur</u> : équerre sur les genoux du porteur.</p> 	<p><u>Porteur</u> : en quadrupédie dorsale sur un ou deux bras au choix. <u>Voltigeur</u> : équerre en appui dorsal mains au sol et pointes de pied posées sur les genoux du porteur</p> 	<p><u>Porteur</u> : allongé sur le dos, jambes tendues tient le voltigeur aux tibias sur bras tendus verticaux <u>Voltigeur</u> : en appui tendu facial, mains sur les tibias du porteur.</p> 
B	<p><u>Porteur</u> : allongé sur le dos, jambes fléchies bras tendus verticaux. <u>Voltigeur</u> : équerre en appui dorsal mains dans mains du porteur, et pieds sur les genoux du porteur.</p> 	<p><u>Porteur</u> : en quadrupédie dorsale sur un ou deux bras au choix. <u>Voltigeur</u> : équerre groupée sur les genoux du porteur</p> 	<p><u>Porteur</u> : en position « chaise » tient le voltigeur par l'avant bras, bras tendu, deuxième bras en position libre. <u>Voltigeur</u> : debout sur les cuisses du porteur, tient le porteur par l'avant bras, bras tendu, deuxième bras en position libre.</p> 
C	<p><u>Porteur</u> : en quadrupédie dorsale sur un ou deux bras au choix. <u>Voltigeur</u> : équerre sur les genoux du porteur jambes tendues, serrées ou écartées (au choix).</p> 	<p><u>Porteur</u> : allongé sur le dos, jambes tendue tient ses cuisses ou ses tibias (au choix) <u>Voltigeur</u> : équerre groupée sur les pieds du porteur</p> 	<p><u>Porteur</u> : allongé sur le dos, jambes tendues à la verticale. <u>Voltigeur</u> : en appui corps tendu à l'horizontale ou en légère extension, bassin sur les pieds du porteur, bras libres</p> 

<p>D</p>	<p><u>Porteur</u> : allongé sur le dos, tient le voltigeur sur bras tendus verticaux, jambes libres.</p> <p><u>Voltigeur</u> : équerre groupée dans les mains du porteur</p> 	<p><u>Porteur</u> : allongé sur le dos, jambes tendue, tient ses cuisses ou ses tibias ou non (au choix)</p> <p><u>Voltigeur</u> : équerre sur les pieds du porteur, jambes tendues serrées ou écartées au choix.</p>	<p><u>Porteur</u> : debout, tient le voltigeur au bassin sur bras tendus verticaux.</p> <p><u>Voltigeur</u> : en appui corps tendu ou en légère extension à l'horizontale bassin sur les mains du porteur, bras tendus horizontaux.</p> 
----------	--	--	---