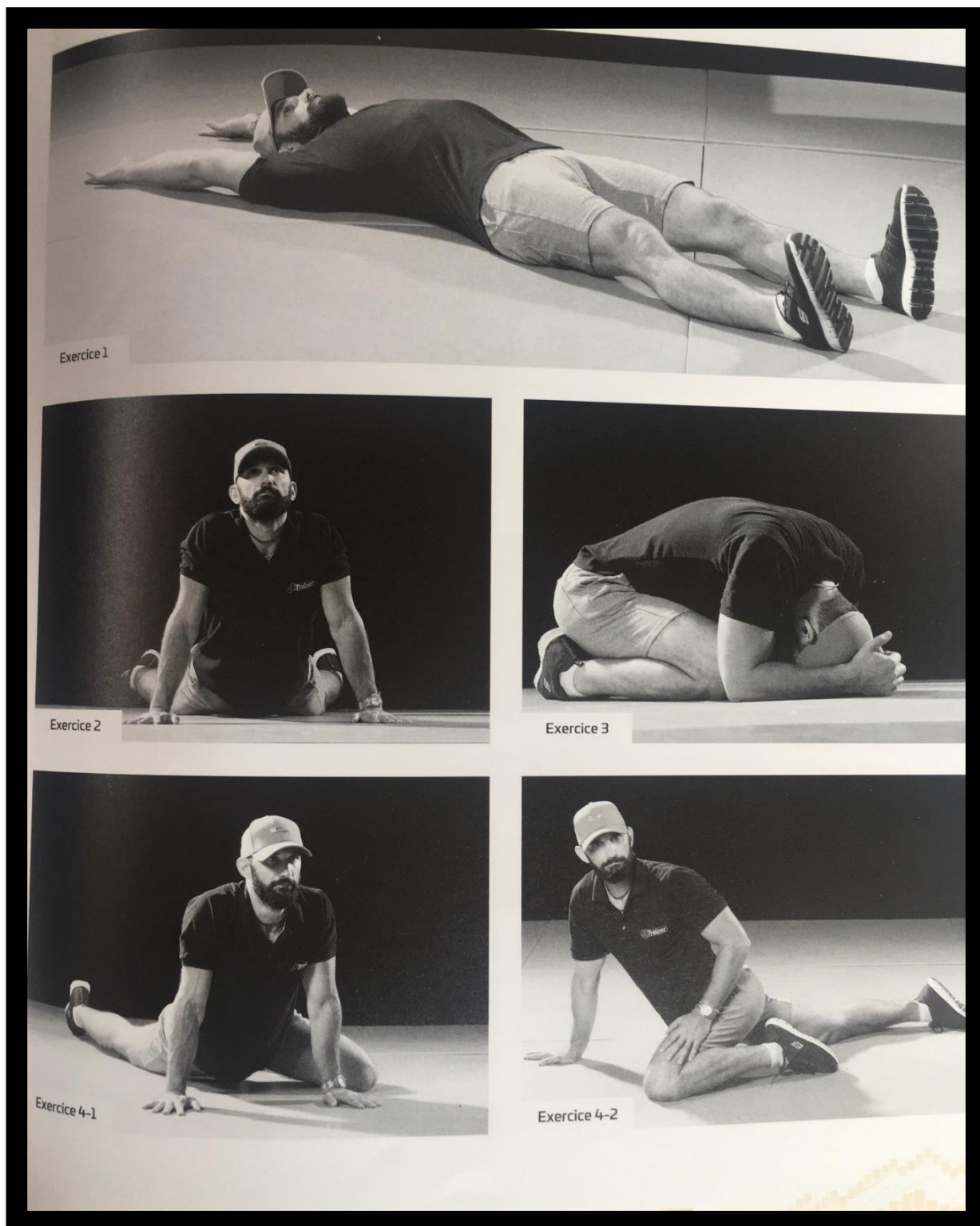
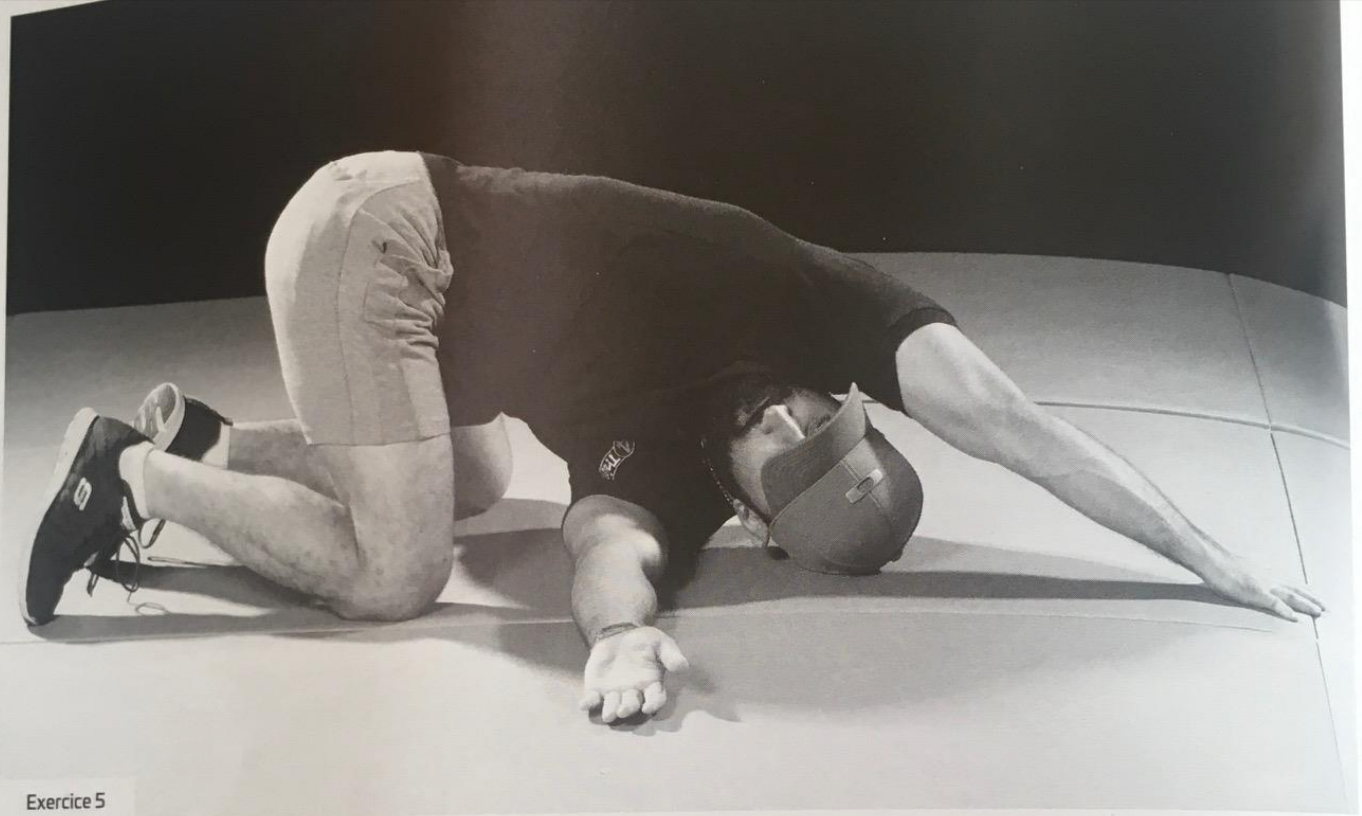


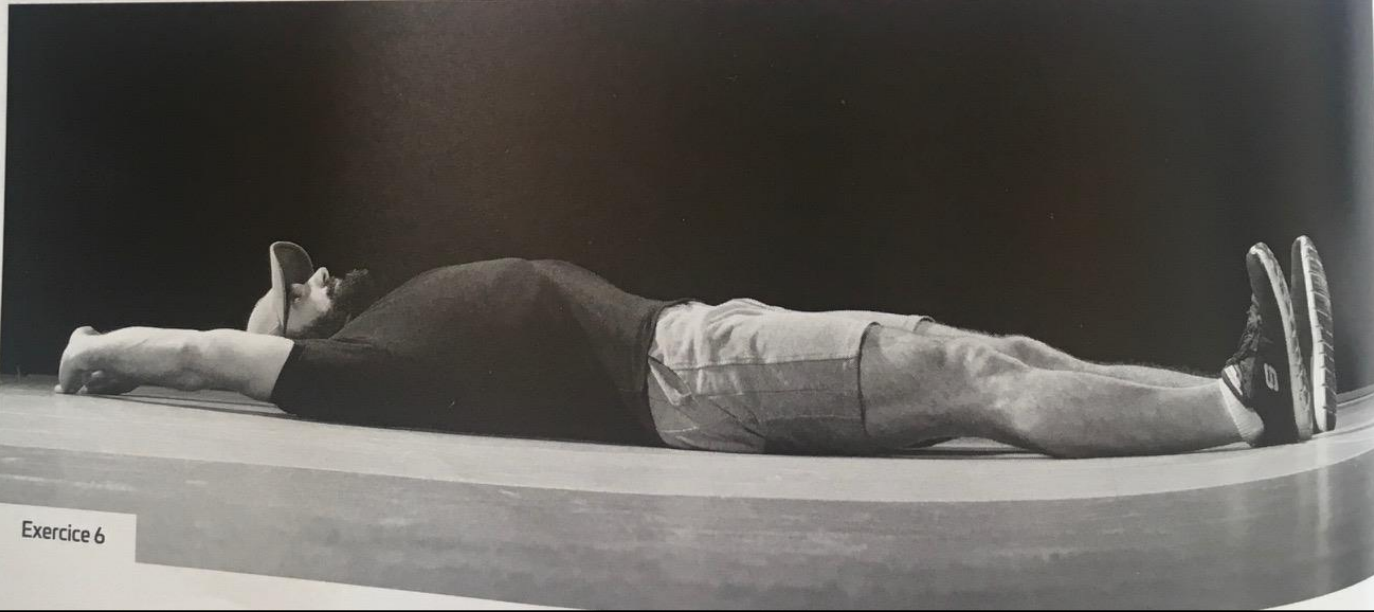
## SEQUENCE E : MOBILITE DU TRONC

- ✓ EXERCICE 1 : auto-grandissement allongé sur le dos.
- ✓ EXERCICE 2 : extension dorsale.
- ✓ EXERCICE 3 : enroulement dorsal.
- ✓ EXERCICE 4 : extension dorsale en rotation avec flexion de genoux.
- ✓ EXERCICE 5 : enroulement dorsal diagonal en quadrupédie (en rentrant une épaule).
- ✓ EXERCICE 6 : auto-grandissement allongé sur le dos.





Exercice 5



Exercice 6