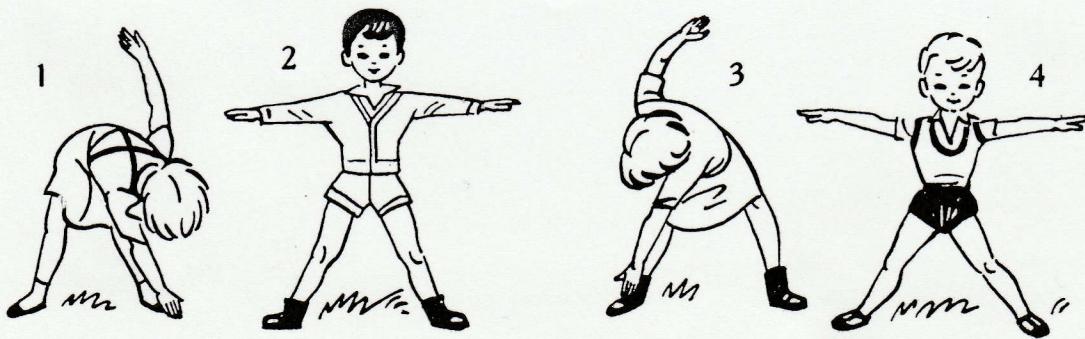


Debout, main droite au pied gauche



- 1 — Porter la main droite au pied gauche, sans plier les genoux.
- 2 — Se redresser complètement.
- 3 — Main gauche au pied droit.
- 4 — Se redresser, etc.

Amicalement,

Katarzyna, maîtresse de rythmique