

7^{ème} séance de cirque : lundi 11 mars

On a fait un échauffement avec Lili. C'est pour se chauffer les muscles et les articulations. Ensuite, on a fait 3 activités.



Les acrobaties : Il fallait faire des roulades avant, marcher comme un animal et faire une chandelle.

Les équilibres : On a appris à faire du pédalo en marche avant et en marche arrière. On s'est aussi donné la main.

La jonglerie : Au début, avec des foulards, il fallait faire des petits fantômes tenus en pince avec nos doigts. Il faut lancer les foulards en l'air et les rattraper, après on a essayé de jongler avec deux foulards ! On pouvait essayer de faire des figures en attendant qu'ils retombent.



On a fait 3 ateliers pour changer de rôle et tout essayer.