

Figures de jongle deux balles

<input type="checkbox"/> Figure permis : 1	<input type="checkbox"/> Figures permis : 2 et 8	<input type="checkbox"/> Figures permis : 3, 8 et 9
<p style="text-align: center;">Figure 8 Colonne à 2 mains (ou le rythme)</p> <p>1 balle dans chaque main : lancer verticalement 1 balle puis lorsqu'elle atteint le sommet de sa trajectoire, lancer l'autre balle verticalement. Récupérer la 1^{ère} balle et relancer verticalement avant que la 2^{ème} ne retombe</p>	<p style="text-align: center;">Figure 9 Cascade</p> <p>Une balle dans chaque main. MD lance en cascade. Quand la balle est au sommet de sa trajectoire, MG lance la seconde balle en cascade. Enchaîner</p>	<p style="text-align: center;">Figure 10 Cascade Extérieure</p> <p>Une balle dans chaque main. MD lance en cascade extérieure. Quand la balle est au sommet de sa trajectoire, MG lance la seconde balle en cascade extérieure. Enchaîner</p>
<input type="checkbox"/> TESTEE <input type="checkbox"/> ACQUISE <input type="checkbox"/> DEMONSTRATEUR	<input type="checkbox"/> TESTEE <input type="checkbox"/> ACQUISE <input type="checkbox"/> DEMONSTRATEUR	<input type="checkbox"/> TESTEE <input type="checkbox"/> ACQUISE <input type="checkbox"/> DEMONSTRATEUR
<input type="checkbox"/> Figures permis : 3 et 9	<input type="checkbox"/> Figures permis : 1, 5 et 8	Figures permis : 5 et 8
<p style="text-align: center;">Figure 11 Tennis</p> <p>Une balle dans chaque main. MD envoie b1 en cascade extérieure par-dessus la tête. MG envoie b2 en cascade. MG récupère b1 et MD récupère b2. Puis MG envoie b1 en cascade extérieure et MD en b2</p>	<p style="text-align: center;">Figure 12 Colonne 1 main (ou lancers parallèles)</p> <p>2 balles dans MD : lancer verticalement 1 balle puis lancer l'autre verticalement parallèle à la première lorsque la balle atteint le sommet de sa trajectoire. Récupération de la même main de la 1^{ère} balle et relance verticalement avant que la 2^{ème} ne retombe</p>	<p style="text-align: center;">Figure 13 Colonne 1 main (ou fontaine circulaire)</p> <p>2 balles dans MD : jonglez en cercle de l'intérieur vers l'extérieur à hauteur des yeux. On dirait que les balles dessinent un cercle.</p>
<input type="checkbox"/> TESTEE <input type="checkbox"/> ACQUISE <input type="checkbox"/> DEMONSTRATEUR	<input type="checkbox"/> TESTEE <input type="checkbox"/> ACQUISE <input type="checkbox"/> DEMONSTRATEUR	<input type="checkbox"/> TESTEE <input type="checkbox"/> ACQUISE <input type="checkbox"/> DEMONSTRATEUR