

# Aérobic debout

Adrien—Elisabeth

(Evaluation subjective de la figure sur \*\*\*\*\*)

Difficulté \*\*\*; Risque\*\* ; Energie (lui)\*\*\*(elle)\*\*\* ; Spectaculaire\*\*\*\*



Le cavalier met sa main droite sous le bras gauche de sa partenaire. De sa main gauche, il soutient la main droite de sa partenaire. Celle-ci profite de cet appui solide pour monter son bassin, genoux pliés. Elle va s'asseoir sur l'épaule -et non l'avant bras -du cavalier.



Le cavalier change de prise main droite pour attraper l'épaule de sa partenaire

La partenaire bascule en arrière. La main gauche du cavalier et droite de sa partenaire sont liées jusqu'à la fin de la figure.



La réception équilibrée est difficile car la vitesse est importante.