

# UUUUUUUUU



De face, jambes fléchies

# U : Rolla Bolla en U

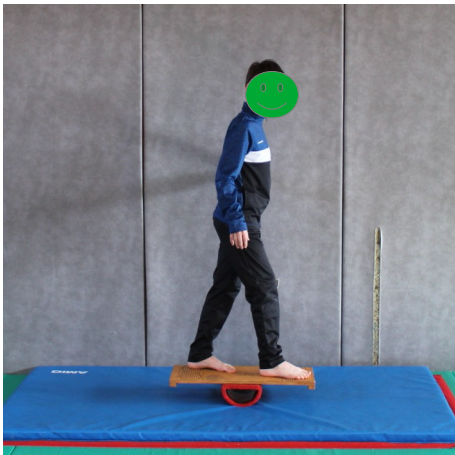


Plus dur que le rolla bolla  
Mais moins dangereux !!

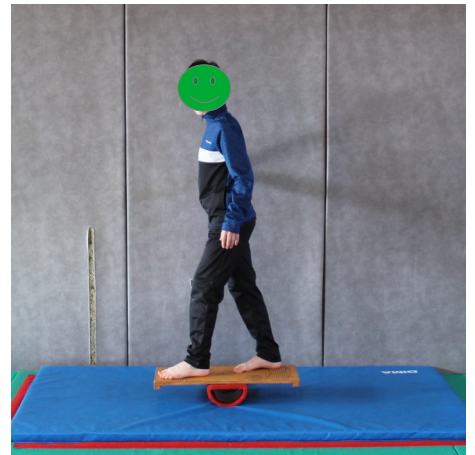
# UUUUUUUUU



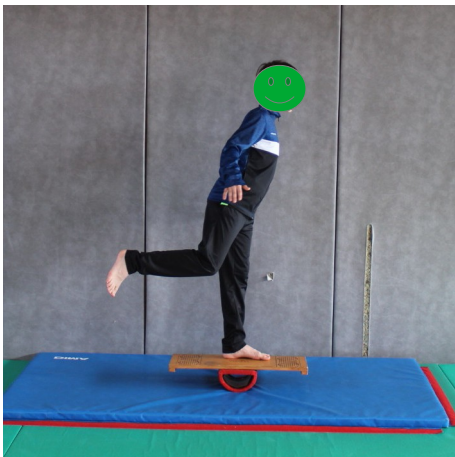
Se baisser en grenouille



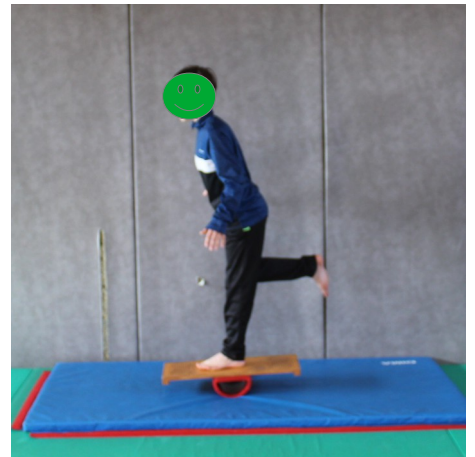
Surf pied droit en avant



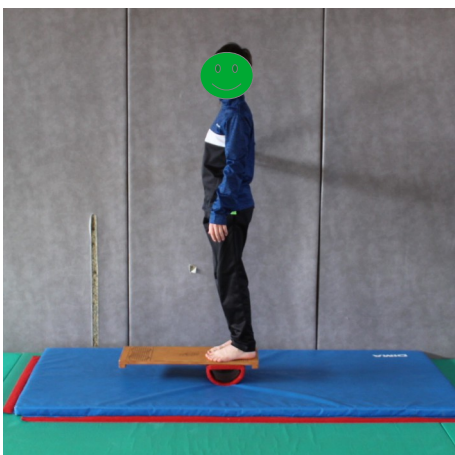
Surf pied gauche en avant



Pied droit au milieu



Pied gauche au milieu



Deux pieds à l'arrière



### Conseils :

- Fléchir les jambes
- Regarder loin devant soi
- Ne pas regarder ses pieds !!!  
(vous savez où ils sont)

### Plus dur ?

- Sur la pointe des pieds ?
- les yeux fermés ?
- Objet simple, vous pouvez inventer !