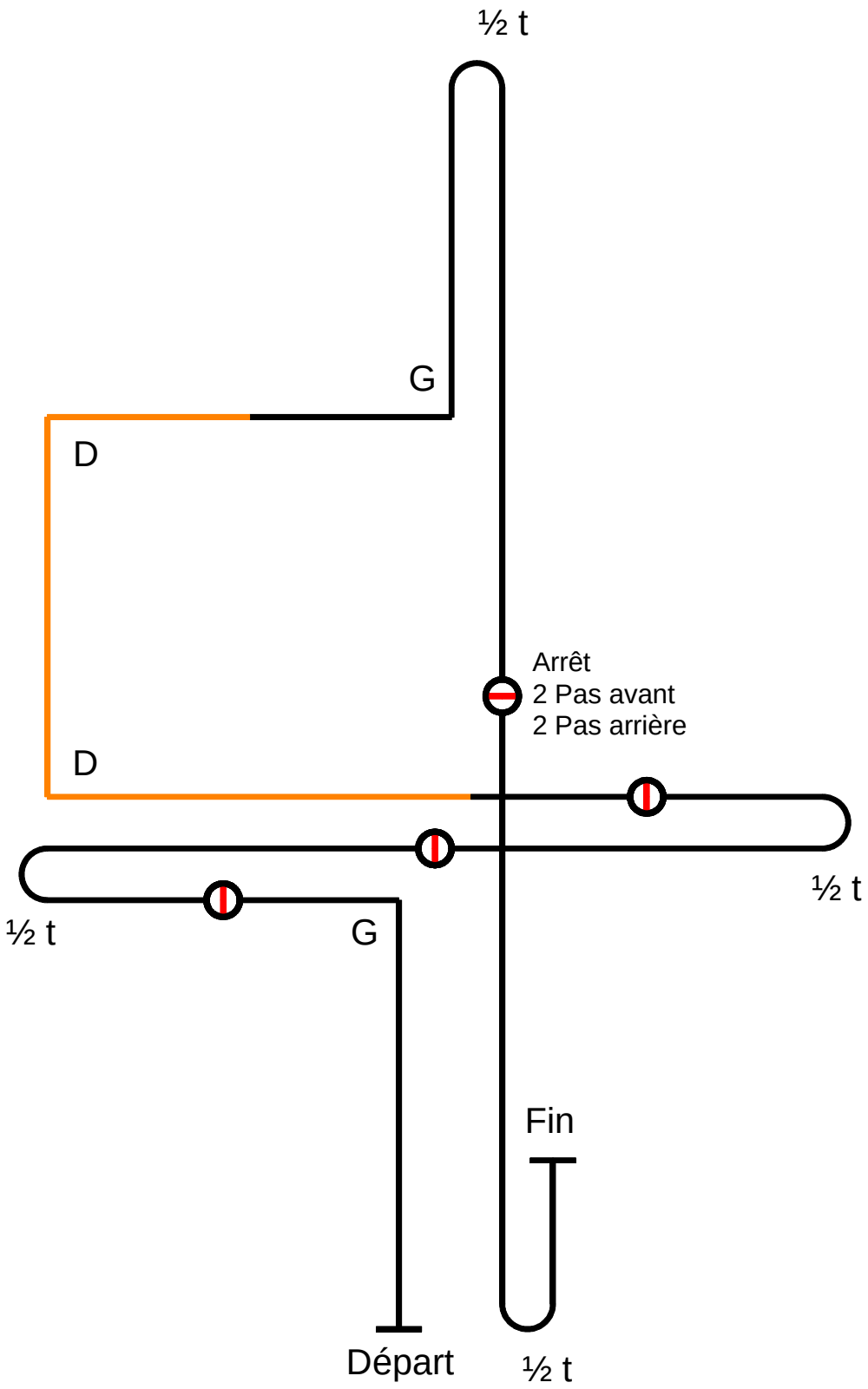
Suite sans laisse Classe 1

Suite sans laisse - Heelwork

- Pas normal - Normal pace
- Pas lent - Slow pace
- Pas rapide - Fast pace
- Arrêt - Stop
- Demi tour - About turn



Début d'exercice
Pas normal
Gauche
Arrêt
Pas normal
½ tour
Arrêt
Pas normal
½ tour
Arrêt
Pas normal
Pas rapide
Droite
Droite
Pas normal
Gauche
½ tour
Arrêt
2 pas en avant
2 pas en arrière
Pas normal
½ tour
Arrêt
Fin d'exercice