

JONGLAGE

Fabrication de balles de jonglage, cliquer sur le lien

Pour confectionner vos balles de jonglage, téléchargez le document PDF en suivant le lien ci-dessous :

<http://ressources-eps-vd.ch/materiel-pour-jongler/>

Exercices de jonglage

Cliquez sur les liens pour voir les exercices qui vont vous aider à bien jongler.

Si vous n'avez pas le matériel pour pouvoir fabriquer les balles, vous pouvez aussi jongler avec des balles de tennis ou avec des fruits.

Utiliser votre imagination.

Faites un petit peu tous les jours et vous verrez la progression.

2 balles :

Cliquez sur le lien ci-dessous pour apprendre à jongler à 2 balles

<https://www.youtube.com/watch?v=mkwqWllfPI&list=PLjW0mpsdcmKa0HIKE0Fn9NhrRiMtl4f&index=1>

3 balles :

Cliquez sur le lien ci-dessous pour apprendre à jongler à 3 balles

<https://www.youtube.com/watch?v=laOj1vWxCM&list=PLjW0mpsdcmKa0HIKE0Fn9NhrRiMtl4f&index=2>