

## *Energetic movements*

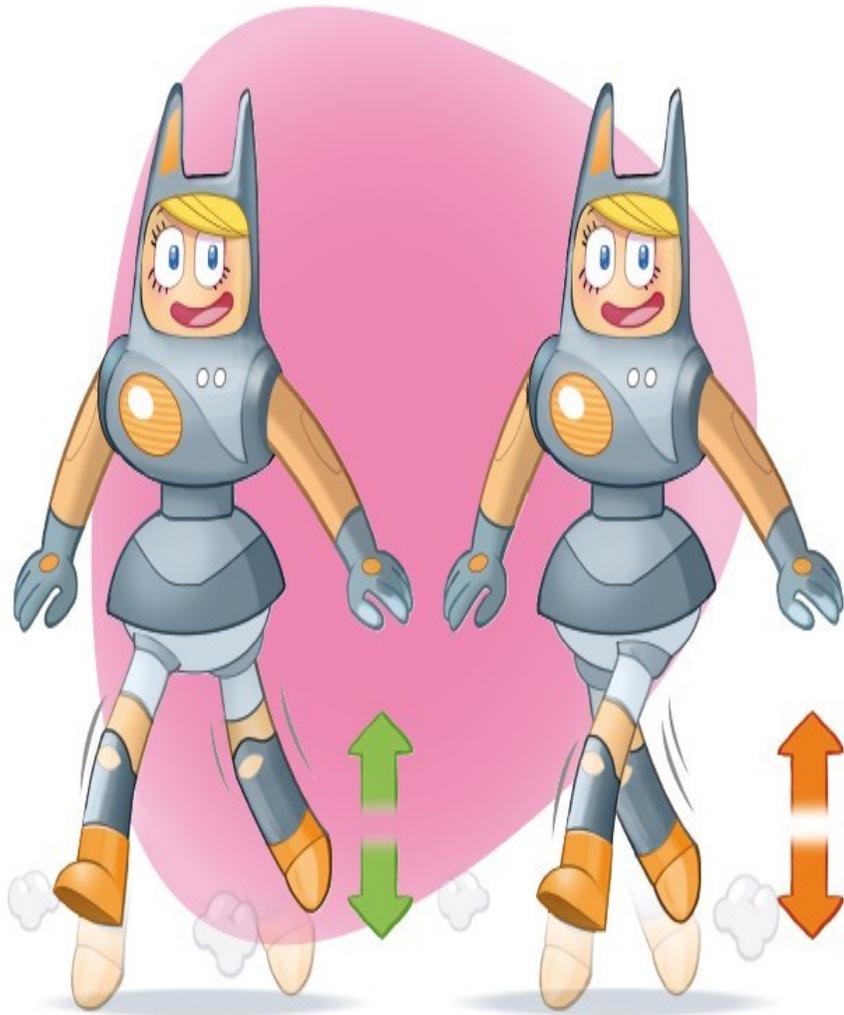
---



*I put my hands on the floor. I walk my hands forwards. I walk my hands behind.*

*Je pose mes mains au sol. Je marche en avant avec mes mains sans bouger les pieds. Je marche en arrière avec mes mains sans bouger les pieds.*

## *Energetic movements*



*I put one foot in front. I jump  
and swap my two feet.*

*Je sautille en faisant des ciseaux.*

## *Energetic movements*



*I lie down. I crawl on my elbows.*

*Je rampe avec mes coudes.*

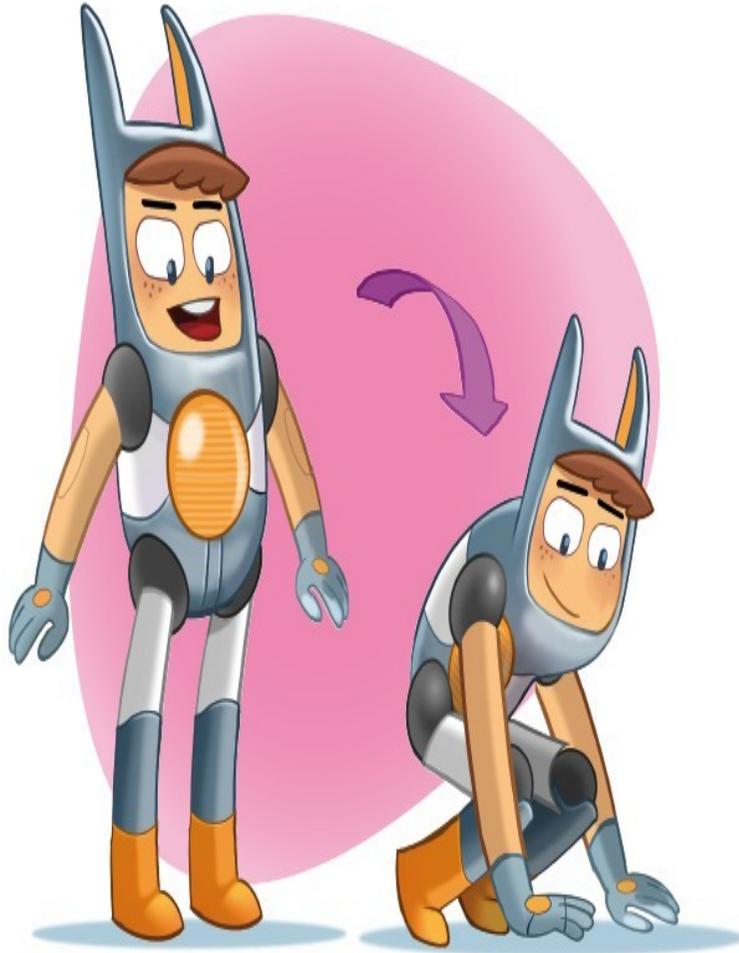
## *Energetic movements*



*I grip my hands and I let go.*

*Je serre mes mains très fort. Et je lâche.*

## *Energetic movements*



*I crouch down and put both hands on the floor.*

*Je m'accroupis en posant mes deux mains au sol.*