

Le panneau Les Grandes Ondes.

Panneau d'activités les grandes ondes :
ENONDat

Coordination et amplitude articulaire.

Ce panneau est constitué de plusieurs curseurs mobiles colorés qui peuvent être déplacés. Au fur et à mesure des exercices qui se font de bas en haut, la difficulté augmente. Trois niveaux de difficultés : vert, orange et rouge. Sur chacune des sinusoïdes les curseurs permettent de travailler avec les deux membres en même temps ou l'un après l'autre, dans le même sens, en opposition ou l'un vers l'autre.

