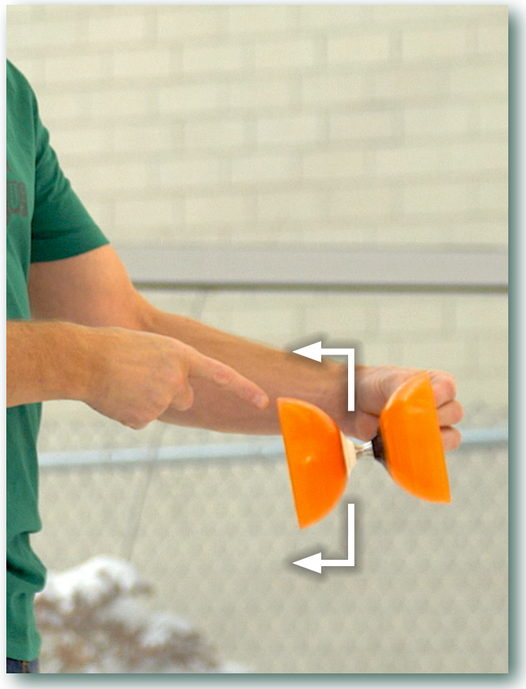
DIABOLO avec GABZY

Les gauchers, inversez les instructions.

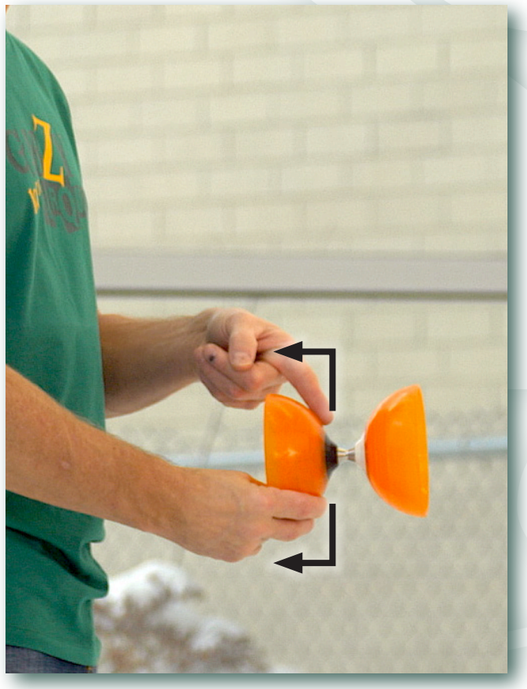
POSITIONNEMENT

*Pour le diabolo beach à *bearing*.*

Soyez toujours derrière la coupole du diabolo.



Droitiers : côté blanc vers vous.



Gauchers : côté noir vers vous.

LE DÉPART



Faites rouler le diabolo de votre droite jusqu'au centre de votre corps.



Soulevez le diabolo et donnez de la rotation avec votre main dominante.

LOISIR ET SPORT MONTÉRÉGIE

GABZY NOUVEAU CIRQUE

Avec la participation financière de : Québec

DIABOLO avec GABZY

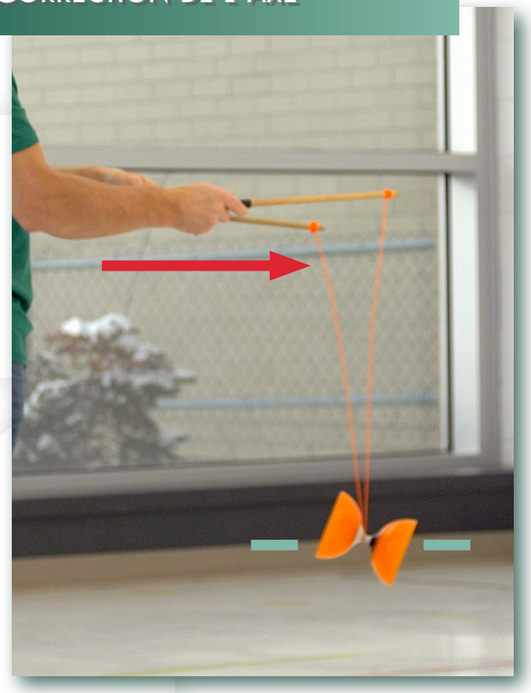
C'est avec la pratique que vient la maitrise.

MAITRISE

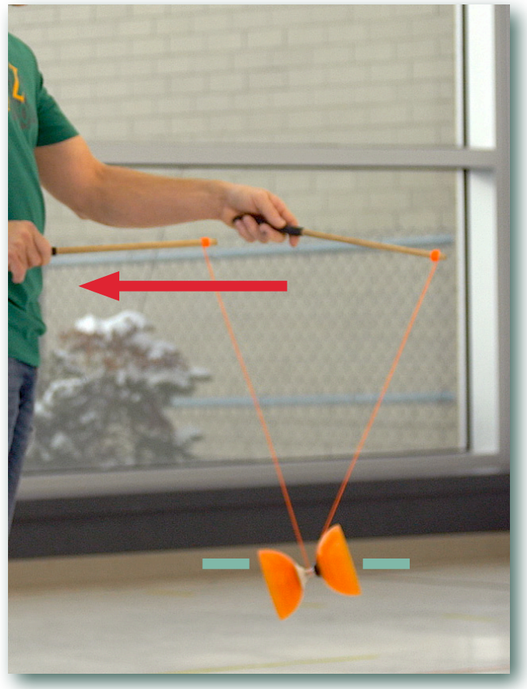


Gardez le diabolo parrallèle au sol.

Correction de l'axe



Poussez la main dominante vers l'avant et le diabolo penchera vers l'avant.



Tirez la main dominante vers l'arrière et le diabolo penchera vers l'arrière.

LOISIR ET SPORT MONTÉRÉGIE
GABZY CIRQUE
Avec la participation financière de : Québec

DIABOLO avec GABZY

Le diabolo doit avoir une bonne ratation.

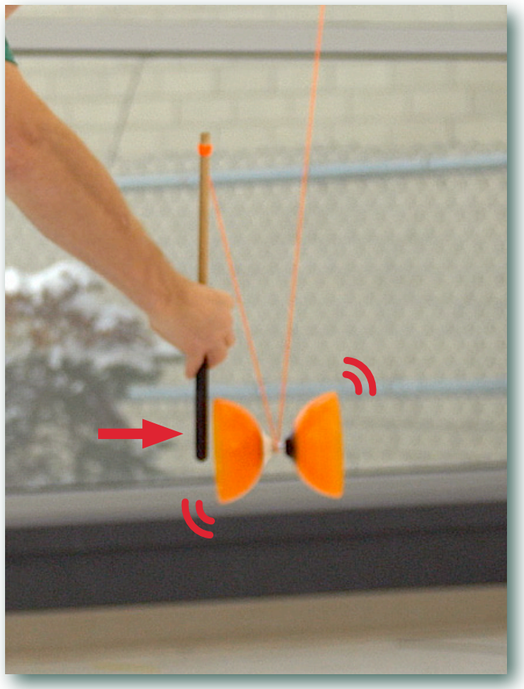
Changement de direction





Avec la main dominante, croisez devant le diabolo et poussez sur la coupole pour changer la direction.





Pour tourner de l'autre côté, croisez derrière le diabolo avec la main dominante et poussez sur la coupole.

LOISIR ET SPORT MONTÉRÉGIE
GABZY ÉCOLE DE CIRQUE
Avec la participation financière de : Québec

DIABOLO avec GABZY

Garder la corde parrallèle au diabolo.

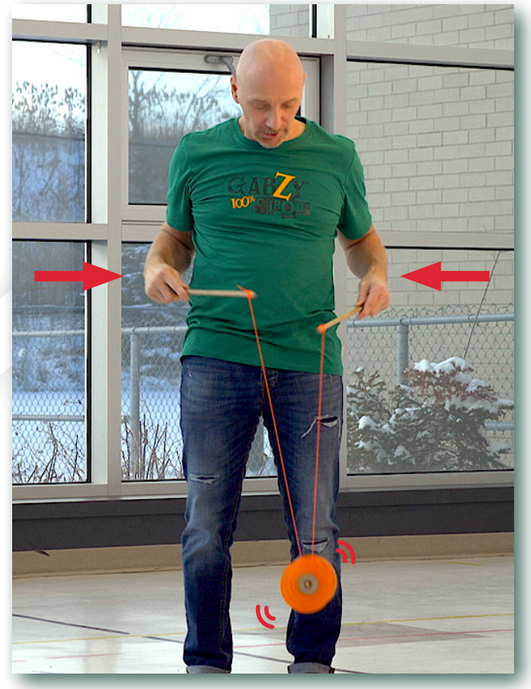
LANCER ATTRAPÉ



Ouvrez les bras pour lancer le diabolo.



Pointez le diabolo avec la baguette en tendant la corde.



Quand le diabolo touche la corde rapprochez les mains.

LOISIR ET SPORT MONTÉRÉGIE
GABZY CIRQUE
Avec la participation financière de : Québec