

Point chenilles horizontales



Rg 1: * 4 m. endroit, 6 envers, rép. Depuis * jusqu'à la fin du rg.

- Rg 2: Tout le rg en m. endroit
- Rg 3: tout le rg en m. endroit
- Rg 4: Tout le rg en m. endroit
- Rg 5: * 5 envers, 4 m. endroit, 1 envers, rép. Depuis * jusqu'à la fin du rg.
- Rg 6: Tout le rg en m. endroit
- Rg 7: tout le rg en m. endroit
- Rg 8: Tout le rang en m. endroit

Rép. les 8 rangs