

Agrès 1: Marche sur plan incliné

- Exercice: Marche sur plan incliné, plan droit puis descente de marches asymétriques dans leur hauteur et leur largeur
- Capacités physiques stimulées: Travail musculaire et équilibre, déplacement avant, arrière et latéral, droite et gauche
- Capacités cognitives mobilisées: Proprioception, Appréciation, Anticipation



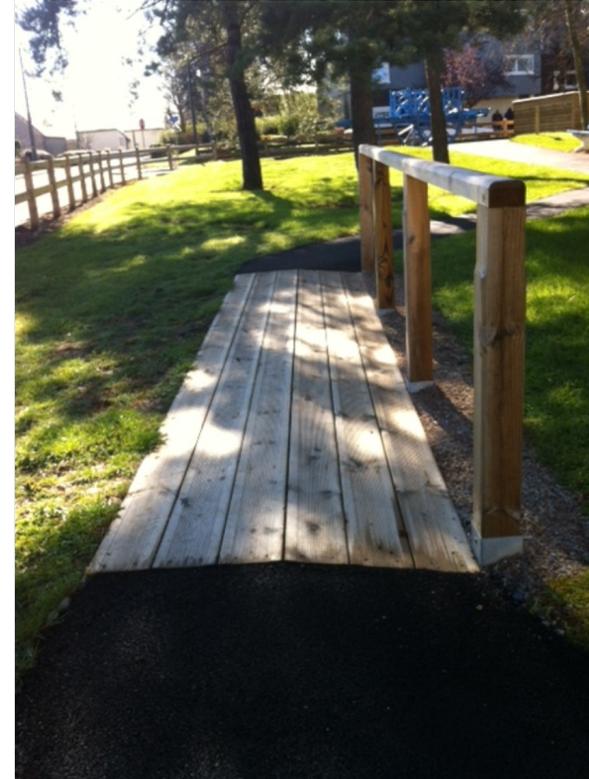
Agrès 2: Poteaux de couleurs différentes

- Exercice: Poteaux numérotés et disposés en Quinconce
- Capacités physiques stimulées: Déplacement latéral, travail des appuis, équilibre et orientation visuelle
- Capacités cognitives mobilisées: Orientation multidirectionnelle ; Appréciation et contournement des obstacles ; Mémorisation et calcul



Agrès 3: Marche sur relief

- Exercice: Contact talon-pied sur ligne, entre deux lignes et sur relief
- Capacités physiques stimulées: Maintien équilibre, travail musculaire
- Capacités cognitives mobilisées: Travail de proprioception



Agrès 4: Barres parallèles

- Exercice: Marche et exercice ; déplacement avant, arrière et latéral
- Capacités physiques stimulées: Travail de flexion – extension, de musculation, d'équilibre
- Capacités cognitives mobilisées: Mémorisation



Agrès 5: Marche avec obstacles

- Exercice: Marche avec obstacles de hauteurs différentes et espacés différemment
- Capacités physiques stimulées: Musculaires, articulaires, des deux membres inférieurs
- Capacités cognitives mobilisées: Visualisation, anticipation et négociation des obstacles

