

UFOLEP Fête Fédérale - Mouvement Mixte : Moins de 14 ans - Eure 1950

Numéro d'inventaire : 2015.19.158

Type de document : manuscrit, tapuscrit

Période de création : 2e quart 20e siècle

Date de création : 1950

Matériau(x) et technique(s) : papier, encre

Description : 1 feuille ronéotée

Mesures : hauteur : 32,9 cm ; largeur : 25,5 cm

Mots-clés : Mouvements de jeunesse (scoutisme, patronages, clubs, foyers)

Éducation physique et sportive

Autres descriptions : Langue : Français

Pagination : Non paginé

Commentaire pagination : 5 p.

ill.

Lieux : La Madeleine-de-Nonancourt

UFOLEP Fête Fédérale

Mouvement Mixte : Moins de 14 ans. EURE . 1950.

Série chinoise . Disque Gramophone K 5850.
Mesure à 2T. Compter 1 par mesure. D'abord 4 coups de gong.
Puis 13 mesures d'introduction. Commencer I à la 14^e.
Ces positions se prennent au 1^{er} temps des mesures impaires et
sont tenues 2 mesures, sauf à II. 3, 4, 5, 6, 11, 12, 13, 14. III 5
6, 9, 10 - 11-12 sur 1 mesure.

I	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-12	13-14	15-16
Profil	Face							
1. Porter B. en ar. tendus. Pa. face à face.	3. B. verticaux. Pa. face à face.	5. B. latéraux. Pa. dessus	7. Abaisser B. - Fixe.	9. M. aux Épaules, coudes collés au corps en ar. du plan des épaules.	11. B. obliques. Pa. vers l'intérieur	13. M. à la nuque. Coudes en ar. du plan des épaules.	15. Fixe en abaissant les B. par le côté.	

II	1-2	3	4	5	6	7-8	9-10	11	12	13	14	15-16
Profil	Face											Face
1. S'arc-bouter, genoux écartés, sur P ^{te} de P. en posant M. à plat devant P. B. passant entre les genoux.	3. Porter J.G. à g. tendue, talon G. au sol.	4. Ramener la J.G. (id. II)	5. Porter J.D. à d. tendue talon au sol.	6. Ramener J.D.	7. Fixe.	9. id. II. 2.	11. Porter J.G. tendue en ar. reposant sur P ^{te} de P. en flexion	12. Ramener J.G.	13. Porter J.D. id. 11	14. Ramener J.D.	15. Fixe.	

III	1-2	3-4	5	6	7-8	9	10	11	12	13-14	15-16
1. Porter P.G. à g. à 50 cm du P.D. B. latéraux. Pa. au. dessous	3. Flexion du Tronc en ar. Dos plat et horizontal. B. en croix. Pa. face au sol. J. tendues. Tête dans prolongement du Tronc.	5. Frapper M. en bas et en ar. Dos plat.	6. Frapper M. au. dessus du dos restant plat.	7. Tenir position 3-4.	9. Rot ^{re} du Tronc restant horizontal B. dans prolongement des épaules. B.G. en l'air. Tête regarde M.G.	10. Revenir B. en croix comme à 3.	11. Id. 9. B.D. en l'air.	12. Id. 10.	13. Id. III. 2.	15. Fixe en ramenant P.G. et en abaissant les B.	

I	1	2	3	4 (5)	I 2	3-4	5-6	7-8
Le 1/2 Tour				Premier 1/2 tour se fait sur 4 coups de gong Deuxième 1/2 tour sur 5 mesures qui suivent la répétition du 3 ^{ème} motif	Profil			Face
1. Porter la J.D. en ar. sur la P ^{te} du P. - P.D. derrière P.G. B. latéraux. Pa. dessus	2. Face en ar. en pivotant sur P ^{te} B. verticaux. Pa. face à face.	3. Assembler J.D. à J.G. en por- tant les B. latéraux. Pa. dessous par 3/4 de cercle en croisant devant le visage.	4. Fixe.	1. Fente ar. g. Tronc dans prolong ^t de J.D. ar. M. aux épaules. Coudes au corps.	3. B. dans prolongem ^t du Tronc Pa. face à face.	5. Porter B. obliques en ar. Pa. vers l'extérieur en abaissant B. par devant.	7. Fixe.	

9-10	11-12	13-14	15-16	II 2-3-4-5-6	7
id. en Fente ar. D (J.D. en ar.)			Fixe	Face	
<p>Abréviations: P. pied. J. jambe. B. Bras. M. main. Pa. Paume de main. D. d. droit. G. g. gauche. Ar. avant. Ar. arrière. P^{te} de P. Pointe de Pied.</p> <p>II Porter P.G. à 30 cm à g. du P.D. J.G. fléchis. B.G. oblique en haut. Pa. à l'intérieur. B.D. la long du corps. 7. Ramener J.G. Fixe.</p>					

Exécution:
- Face en ar. Exercices I. II. III. puis 1/2
tour (gong).
- Face en ar. reprendre aussitôt. I. II. III
et 1/2 Tour (5 mesures) pour revenir
face en avant.
- Final : Exécuter exercices I et II du final.
Sur l'accord de la 7^e mesure du II
revenir au fixe.
Aucun arrêt dans l'exécution du
mouvement.

F. PROFIT. Déc 49.