

LE MECANISME DU TROT

C'est une allure :

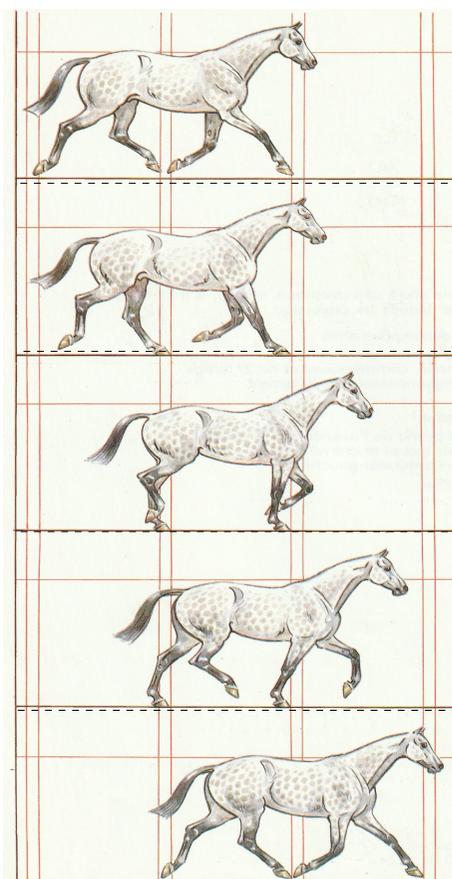
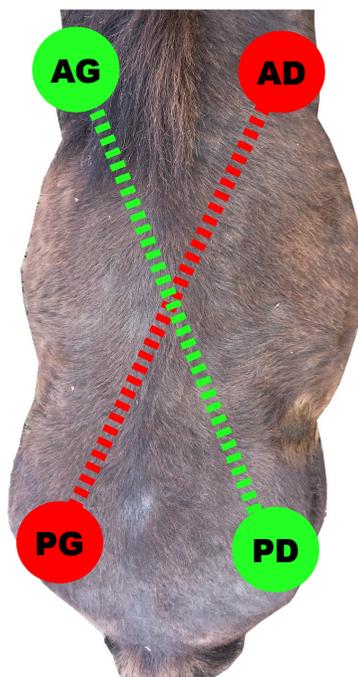
- sautée (vitesse moyenne 14 à 15 km/h)
- symétrique
- à 2 temps égaux 4 battues équidistantes
- par bipèdes diagonaux



Vidéo

**Diagonal
gauche**

**Diagonal
droit**



MECANISME

- Projection

- 1er temps : poser du bipède diagonal droit

- Milieu de l'appuis du bipède diagonal droit

- Milieu du soutien du bipède diagonal gauche

- Détente du bipède diagonal droit

- Projection suivi du 2ème temps