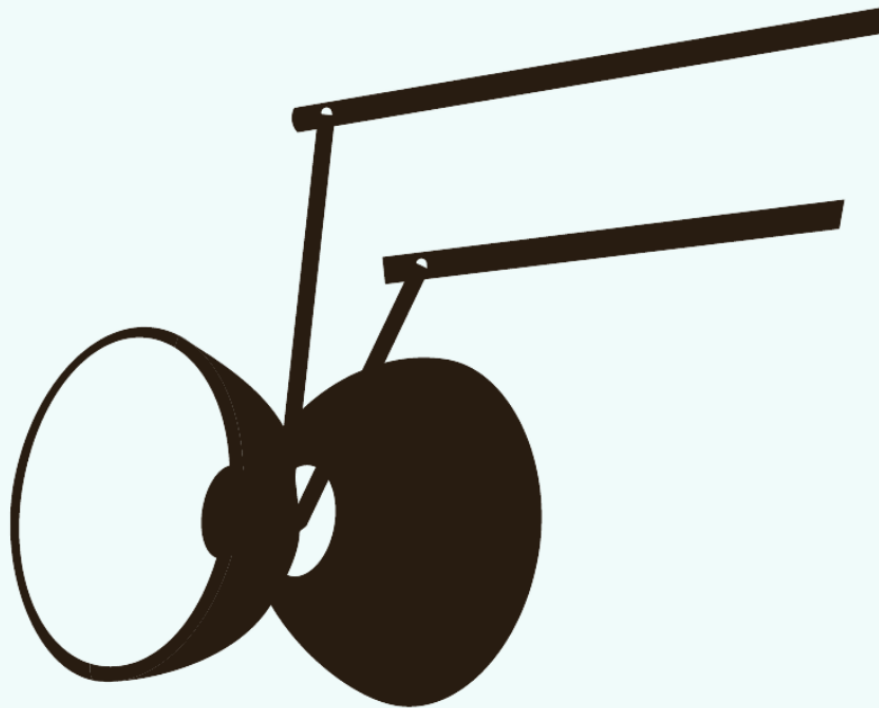


Répertoire de figures au diabolo

De l'exploration à la maîtrise



Guide didactique
préparé par Bernard Lebel


Banque de figures à 1 diablo - Aide mémoire

Cette liste est tirée du document « Le diablo, c'est facile », un outil synthèse (pense-bête) destiné principalement aux enseignants. Ce document présente les principaux éléments à vérifier et à surveiller, afin de soutenir la préparation et l'enseignement des bases en diablo. Il permet de se rappeler rapidement les notions essentielles avant ou pendant une séance.

La plupart des figures présentées sont également accompagnées de courtes vidéos démonstratives (30 à 90 secondes), accessibles en ligne sur la chaîne YouTube et le site Internet de jonglerie.ca.

Site : <https://jonglerie.ca/videos-de-trucs-a-1-diablo-cssvt-et-jonglerie-ca/>

Chaîne Youtube :

1. Les soleils 
2. Le tour du monde
3. Le ventilateur
4. Derrière l'épaule
5. Réception inversée
6. Réception ciseau,
7. Demi-corde,
 - moulinet avec main, avec bras
8. Moulinet avec une baguette
9. Nœuds magique
 - Premier nœud magique
 - Nœud inversés (je cherche un nom plus attrayant)
 - Nœud spaghetti
 - Nœud carré
 - Nœud macaroni
10. Les satellites
 - Autour d'un bras
 - Autour des 2 bras
 - Autour d'une jambe

- Autour des 2 jambes
 - Demi-tour d'une jambe à l'autre
11. Trapèze
 - Trapèze enroulé
 - Trapèze simple
 - Trapèze double
 - Trapèze croisé
 12. Trampoline
 13. Puces
 14. Sur les baguettes
 - Main en supination
 - En pronation (Position marteau)
 - Échange
 - Sous une jambe
 - En haut de la tête
 15. Fouet
 16. Tricot ou X
 - Baguette changée de main
 - Attrapé à l'envers
 - À partir du trapèze
 17. Double tricot ou double X
 18. Corde à danser
 19. Demi tour
 20. Pirouette
 21. L'ascenseur
 - Basique
 - La pédale à gaz
 - À partir de la demi-corde
 22. Variantes avec l'anneau
 23. L'essuie-glace
 24. La cravate
 25. Les lâchers de baguette

- À partir du trapèze
- Lâcher une baguettes
- Lâcher les 2 baguettes

26. Le coucou suisse

27. Le grand tourniquet

28. L'excalibur