

# La sécurité en acrosport

- S'assurer de ne pas faire mal.
- Toujours avoir le dos droit, le ventre et les fesses serrées.
- Avoir le corps est tonique, « dur ».
- Porter avec des appuis larges et toniques.
- Parer en aidant au montage-démontage, en accompagnant le voltigeur.
- Prendre des appuis sur les épaules, les genoux, ou le bassin du porteur.
- Enlever les bijoux, montres, lunettes...
- Etre pieds nus.
- Avoir une tenue vestimentaire adaptée.



---

---

---



---

---

---



---

---

---



---

---

---