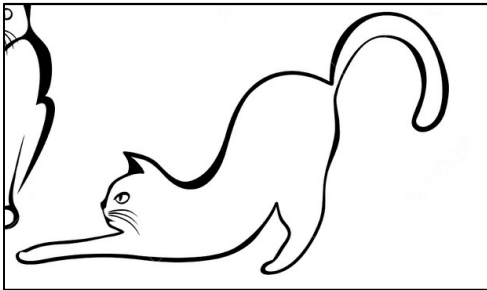
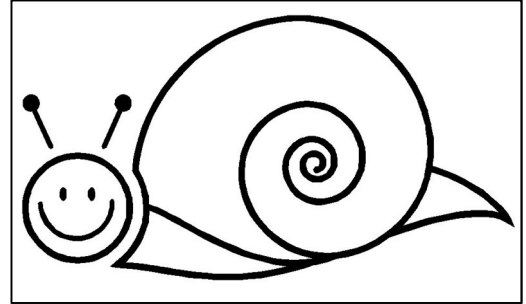


Position de départ : à genoux

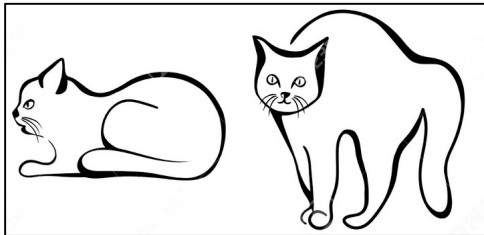


## La comptine de l'escargot

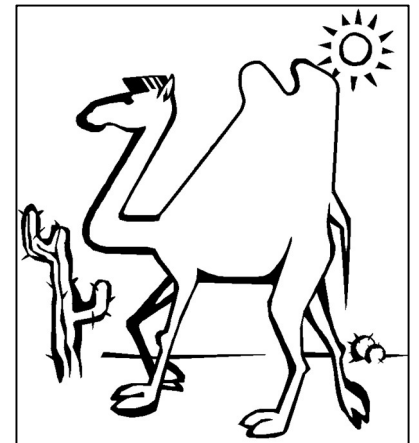
J'enroule mon dos, je suis un escargot.



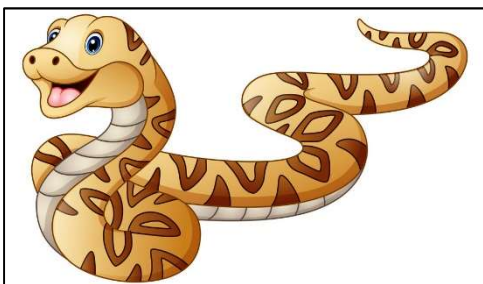
J'étire mes bras, je deviens un chat.



Je creuse mon dos et  
j'arrondis mon dos,  
je suis un chameau.



Je retourne mes orteils, je touche le soleil.



Je m'appuie sur mes bras, je suis un boa  
« SSS SSS SSS ».

Et j'enroule et je déroule mon dos,

Je redeviens un escargot.

