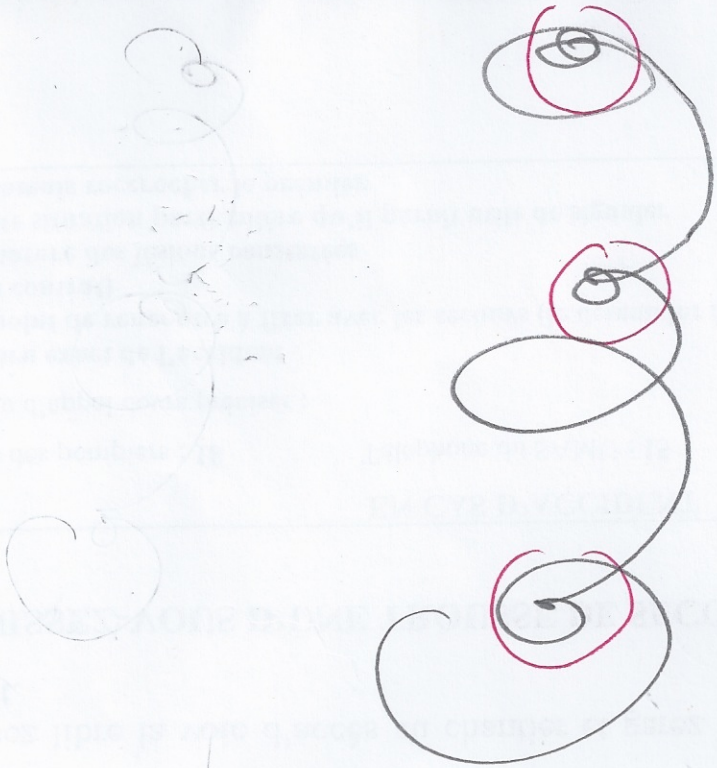
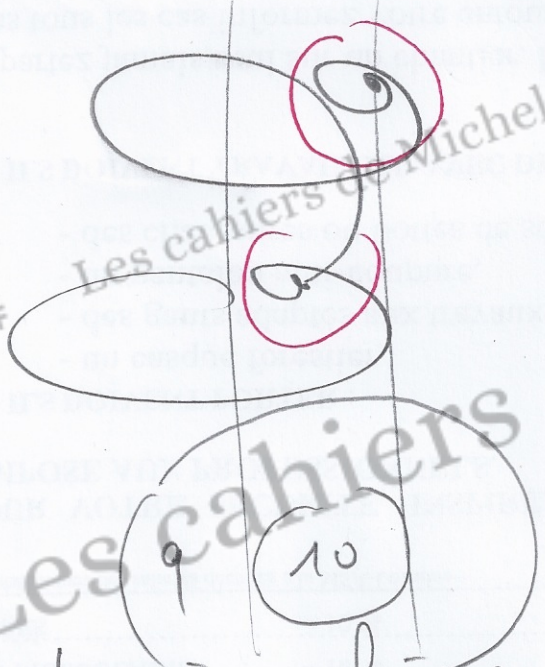


couché

coefficient elliptique ≈ 1



Genou

bougés tjs un peu elliptique

bougés, fréquence autour de 1

Les zones "rouge" durent 2-3 dixièmes de seconde.

Les cahiers de Michel Bury
MON TIR SPORTIF