

en éflourant de la pointe la terre, les genoux tendus,* ce qui fait un effet admirable dans les deux couds de pieds, et donne une base solide au corps et l'aisance au pied gauche de faire le second mouvement plié.

Le poids naturel du corps étant sur les deux jambes, revient sur la droite pour plier une seconde fois, comme la première; les talons touchant presque terre (D.) et glisser le pied gauche à la deuxième position, en étendant les genoux les pointes basses (E.) et porter le poids naturel du corps sur la jambe qui a glissée, afin que la droite fasse un pas marché sur la pointe à la cinquième

* voyez Planche N^o 14. Figure C.