



Apple Jack

Dur pour des « Débutants » ! Pour curieux (et téméraires !) : une [Vidéo](#) (parmi d'autres) explicative :

<https://www.youtube.com/watch?v=VebuNlvMOfM>

(« **Truc** » : commencer en essayant de faire les Pas du « [Apple Jack](#) » assis sur une chaise, ou debout en posant les mains sur le haut du dos d'une chaise !)

<https://www.youtube.com/watch?v=0CZZm0pij2Q&t=125s>