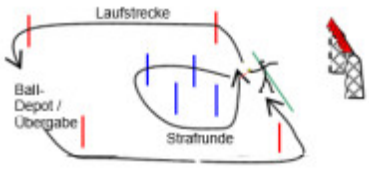
Jouer – Jeux de course et estafettes: Lancer – Biathlon en salle

Cette épreuve est effectuée par équipes de deux. Le parcours de course n'est pas trop long afin d'éviter les temps d'attente. Le stand de tir est aménagé de telle façon qu'il favorise les tirs rectilignes par-dessus la tête.

Après un tour à la course, l'enfant essaie d'abattre un cône placé sur la barre transversale des buts de handball (ou sur un caisson suédois). Si c'est réussi, le coureur récupère sa balle, termine le tour et transmet la balle à son coéquipier. Si le tir est manqué, il effectue une ronde supplémentaire sur une petite boucle annexe.



Quel duo a visé le plus grand nombre de cibles en un temps donné?

Variantes

- Placer six massues par équipe sur le caisson suédois. Quelle équipe a renversé toutes ses cibles en premier?
- Entraîner la bilatéralité: tous les enfants lancent avec la main faible. La distance de tir est légèrement réduite.
- Biathlon en continu comme concours individuel. Qui abat le plus de cibles en un temps donné?

Matériel: Cônes, boîtes de conserve, massues, buts de handball, caisson suédois

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO