

# Patinage – Concours: Du balai!

Grâce à cet exercice, les élèves améliorent leur vitesse de patinage et la capacité d'orientation sur la glace.

Trois ou quatre sorcières, juchées sur leur balai (cane de hockey ou cane suédoise), pourchassent les promeneurs. Lorsqu'elles en touchent un, le malheureux est ensorcelé et reçoit un balai. La sorcière quant à elle rejoint le monde des promeneurs.



## Variante

Imposer la technique de glisse pour les sorcières et les lièvres. On peut ainsi adapter le tempo.

**Matériel:** Event. cannes de hockey



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**