

# Gagner en assurance – Postes annexes: Téléski

Glisser est le mot d'ordre de ce poste. Les élèves doivent développer une certaine force pour avancer.

## Dessin à télécharger (pdf)

Fixer une corde entre deux agrès (perches et espaliers, barres parallèles et espaliers, etc.) à hauteur de genou. Les élèves, debout sur un morceau de moquette ou un chariot de transport, se tractent d'une extrémité à l'autre à la force des bras.



**Matériel:** Deux chariots de transport ou morceaux de moquette, une grande corde ou longue sangle, deux agrès pour fixer la corde

Source: Miriam Rufer, enseignante primaire



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO