

## Escalade à l'école – Bloc: Aux agrès: Reck

L'installation de reck permet d'effectuer divers exercices d'escalade. Les tâches peuvent être définies par l'enseignant ou les élèves.

Les élèves grimpent aux barres de reck de manière libre ou selon des consignes. Cet exercice peut également être mis en œuvre lors de l'échauffement.

**Matériel:** Une installation de reck avec cinq barres au maximum, tapis

---

Source: Markus Kümmin, Association suisse d'éducation physique à l'école ASEP



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**