

Jeux pour seniors 60+ en forme – Partie principale: Labyrinthe de chiffres

L'esprit d'équipe joue un rôle important dans cet exercice d'endurance qui demande aussi une capacité à repérer rapidement les signes.

Les participants se mettent en colonne sur la ligne de départ. Le premier de chaque groupe reçoit un ballon.

Au signal, il dribble jusqu'à la ligne opposée où est déposée une feuille avec un labyrinthe de chiffres. Il trace le 1 et revient au départ pour passer le ballon au suivant qui dribble à son tour et biffe le 2. Et ainsi de suite.



Quel groupe a recouvert tous les chiffres le plus rapidement?

Matériel: Un ballon, un crayon et une [feuille avec le labyrinthe de chiffres](#) (pdf) par groupe

Source: Barbara Vanza, Erika Tschumi, Sonja Werz (Pro Senectute)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO