

# Rouler à vélo: 200 jeux pour s'améliorer avec le sourire

Swiss Cycling a élaboré un recueil de 200 jeux ciblant les compétences indispensables pour la pratique du vélo et du cyclisme. Les jeux sont répartis selon différents degrés de difficulté et aident les enseignants et les moniteurs à planifier leurs leçons.



Tous les jeux seront prochainement disponibles sur cette page. Pour l'instant, nous vous en proposons une dizaine pour que les enfants puissent débuter leur apprentissage de la pratique du vélo tout en s'amusant:

- [En selle](#) (monter sur le vélo)
- [Copier](#) (pédaler)
- [Signalisation au sol](#) (différentes techniques, dont freiner)
- [Descendre au signal](#) (monter et descendre du vélo)
- [Curling humain](#) (rouler en ligne droite)
- [Course d'escargots](#) (freiner, s'arrêter, conduire)
- [B.I.K.E](#) (différentes techniques, dont faire des virages en pivotant le guidon du vélo)
- [Fées et magiciens](#) (monter et descendre du vélo, freiner, conduire, rouler à une main)
- [Parcours Memory](#) (rouler lentement, rester à l'arrêt)
- [Bowling](#) (rouler en tenant le guidon à une main et freiner)
- [Parcours d'obstacles](#) (sauter)

---

Source: [Swiss Cycling](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**