

# Sport en fauteuil roulant – Vitesse et endurance: Tour Eiffel

Cet exercice améliore l'endurance, le maniement du fauteuil roulant et la motricité fine des mains.



A et B partent du caisson et roulent en slalom jusqu'au banc suédois, où ils prennent un morceau de bois qu'ils rapportent au caisson. Là, ils construisent ensemble la tour la plus haute possible.

## Variantes

### plus facile

Sans slalom.

### plus difficile

A et B disposent de leur propre caisson et jouent l'un contre l'autre. Qui construira la tour la plus haute?

**Matériel:** Jeu de construction Kapla, deux caissons (de trois éléments, couvercle retourné), un banc suédois, huit piquets pour le slalom

Source: Karin Suter et Davide Bogiani, Sport suisse en fauteuil roulant ASP, Nottwil



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**