

Petits agrès – Massues: Cyclone

Un exercice amusant pour toute la classe: deux équipes doivent se voler le plus de massues possibles pour les replacer sur leur terrain.

Deux équipes face à face, chacune avec sa collection de massues dressées dans son demi-terrain. Au signal, les joueurs vont dérober les massues adverses pour les placer (debout) dans leur terrain. Après deux minutes, qui a le plus de massues en place?



Variante

Les massues sont placées dans le terrain de l'équipe A: les joueurs B les couchent sur le sol pendant que l'équipe A les redresse. Changement de rôle après deux minutes.

Source: Cahier pratique «mobile» 29/2007, Mariella Markmann, Claudia Harder



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO