

# Escalade à l'école – Bloc: Challenge: Handicap

Cet exercice est particulièrement difficile car la liberté de mouvement est entravée par le port de divers objets le long du mur d'escalade.

Les élèves doivent transporter des objets d'un point A à un point B:

- Une balle de tennis, un ballon de volley, de basket, un medecine ball
- Un rond de bière ou un frisbee sur la tête
- Une assiette en plastique sur un plateau

**Matériel:** Diverses balles, objets plats (p. ex. frisbee, ronds de bière, plateaux avec assiettes en plastique)

---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**