

Beach-volley – Echauffement: Qui est pris prendra

Ce jeu stimule le système cardiovasculaire. Par ailleurs, les enfants doivent toujours garder leurs camarades dans leur champ de vision.

Deux équipes. La moitié des joueurs A chassent sur un demi-terrain la moitié des joueurs B. Situation identique sur l'autre demi-terrain, mais les chasseurs sont les joueurs de l'équipe B.

Celui qui est touché change de terrain et rejoint son équipe (de chasseurs) de l'autre côté. Quelle équipe réussit à toucher tous ses adversaires?



Remarque: Toucher l'adversaire avec le ballon en main et avec un pas maximum.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO