

Objets du quotidien – Ronds à bière: TGV

Equilibre et vitesse constituent le plat principal de cet exercice ludique mais néanmoins exigeant.

Former de petits groupes. Chaque équipe est alignée derrière la ligne de départ, en équilibre sur une jambe. A l'autre bout de la salle sont disposés dix ronds à bière (wagons) les uns derrière les autres, formant ainsi un train.

Au signal, le premier coureur de chaque groupe s'élançe, saisit le wagon de derrière et le place en tête de train. Il revient et tape dans la main du coureur suivant qui fait de même. Quel train arrivera le premier en gare? Les ronds à bière doivent toujours se toucher!



Matériel: Ronds à bière

Source: Franziska Wenk, étudiante à la HEP St-Gall



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO