

Agrès – Mouton: Rodéo

L'équilibre est amélioré en pratiquant cet exercice. Par deux, debout sur un mouton, les enfants doivent se déstabiliser.



Placer des tapis tout autour de l'agrès. Deux élèves, debout sur le mouton essayent de se déséquilibrer en tirant sur la corde. Qui réussit à désarçonner l'autre?

Matériel: Tapis, corde

Source: Harder, C., Markmann, M. (2006) Cahier pratique «mobile» 17/2006: Agrès autrement.
Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO