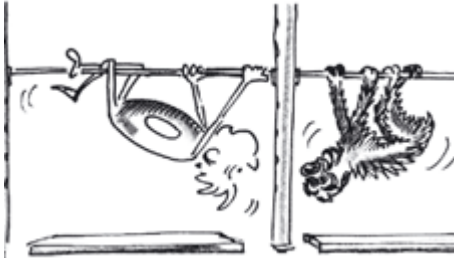


Agrès – Barre fixe: Chemin étroit

Les enfants se mettent dans la peau d'un paresseux le temps d'un exercice. Ils se déplacent de diverses manières à la barre fixe.



En appui sur les barres, se déplacer à gauche et à droite, effectuer des demi-tours, se croiser, passer sur d'autres barres, etc.

Variante

Reck placé à hauteur de saut: se déplacer uniquement en suspension, en avant, en arrière, en effectuant des rotations autour de l'axe longitudinal pour avancer.

Matériel: Tapis

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