Agrès – Corde: Matériel: A l'abordage

Atteindre un point de chute précis et récolter les points correspondants: cet exercice a lieu sous forme de concours d'équipe.

Dessiner différentes zones sur un gros tapis. S'élancer du caisson et lâcher la corde pour atterrir sur le tapis. Additionner les points au fur et à mesure. Sous forme de concours d'équipe.

Matériel: Tapis, gros tapis, ruban adhésif

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