

Burner Games – Echauffement: Estafette «Feuille-caillou-ciseau»

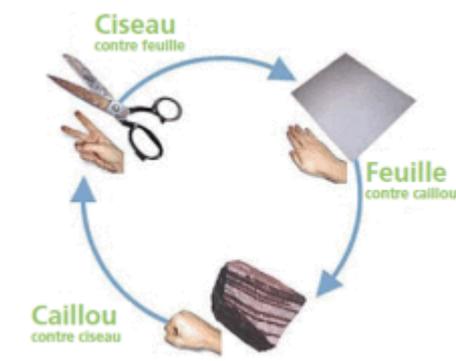
Cette forme d'estafette se base sur un jeu mondialement connu. Elle pousse les participants à se dépasser.

Nombre de joueurs	10-20
Intensité	XX
Matériel	X
Temps	X



Deux équipes sont alignées à deux angles du terrain de volleyball. Des piquets placés sur la ligne du milieu délimitent le parcours à accomplir. Au signal, les deux premiers coureurs s'élancent. Lorsqu'ils se rencontrent, ils jouent à «feuille-caillou-ciseau». Le gagnant poursuit sa course tandis que le perdant revient sur ses pas pour se remettre dans la colonne.

Dès que le «feuille-caillou-ciseau» est joué, le coéquipier du perdant s'élanche pour défier le vainqueur à son tour. La course se poursuit jusqu'à ce qu'un joueur réussisse à franchir une ligne située à deux mètres de la ligne de départ de l'équipe adverse. Dans ce cas, l'équipe du coureur victorieux marque un point. Dès qu'un point est attribué, deux nouveaux coureurs démarrent.



Source: Wikipedia

Instruction «Feuille-caillou-ciseau»

Ce jeu mondialement connu fonctionne ainsi: deux joueurs se font face, mains dans le dos, et prononcent simultanément «feuillecaillou- ciseau». Au mot ciseau, ils montrent avec une main un des trois symboles (voir figure). Chaque symbole a les mêmes chances de gagner, tout dépend de la combinaison sortante!

Source: [Muriel Sutter, auteur de l'ouvrage «Burner Games»](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO