

Burner Games – Pleins gaz: Objectif Cervin

Deux équipes se disputent un trésor niché en haut d'une installation. Cet exercice intensif s'inspire du principe de la balle brûlée.

Nombre de joueurs 16-30

Intensité XXX

Matériel XXX

Temps XXX



Préparation

Au milieu de la salle trône le «Cervin»: quatre paires de barres parallèles placées les unes contre les autres sont recouvertes de six petits tapis placés de manière à couvrir entièrement les barres. Par-dessus sont disposés deux gros tapis surmontés à leur tour de quatre tapis de 16 cm. Au sommet de cette pyramide se trouve un trousseau de clés, objet de toutes les convoitises. Un gros tapis est appuyé contre l'installation, avec un mini-trampoline placé devant. Sur un autre côté, cinq caissons forment un escalier, sur un autre est placé un banc incliné et sur le dernier côté enfin se trouve la fosse de réception avec un gros tapis.



Déroulement

Deux équipes s'affrontent selon les règles de la balle brûlée. Les coureurs partent par deux. Après avoir lancé chacun leur balle, ils partent à l'assaut du sommet pour tenter de récupérer les clés. L'escalade par les escaliers rapporte un point, par le trampoline, trois points, par le banc, quatre points. Les points comptent à condition que le coureur ait réussi à saisir les clés et à les agiter en l'air avant d'être touché. Les deux joueurs peuvent monter au même endroit ou par des côtés différents. Dès que les deux sont touchés ou que l'un d'entre eux a réussi à prendre les clés, les suivants peuvent démarrer. La manche dure sept minutes durant lesquelles il s'agit de

récolter le maximum de points. Les défenseurs tentent de toucher les coureurs avec les deux balles mises en jeu. Les touches doivent être directes (pas de ricochet sur les engins ou le sol). Les défenseurs veillent à ne pas entraver le passage en direction du «Cervin» (mini-trampoline!).

Matériel: 2 balles soft, sautoirs, 4 paires de barres parallèles, 4 gros tapis, 6 petits tapis, 4 tapis de 16 cm, 1 banc, 5 caissons suédois, 1 mini-trampoline, trousseau de clés.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO