

## VTT: Dans le mille

Au cours de cet exercice, les cyclistes visent divers cibles en roulant.



Image: bpa

Les élèves essaient de:

- Toucher un cône ou un autre objet avec une balle de tennis.
- Marquer un but avec une canne de hockey.
- Viser le panier de basketball après un slalom en dribble.

---

Source: [bpa – Bureau de prévention des accidents](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**