

# Sport des adultes – Endurance ludique: Estafette-jass

Cet exercice de course dynamise l'esprit d'équipe, car il demande la collaboration de tous les coéquipiers pour la résolution de la tâche. Chaque équipe reçoit une série de cartes de la même famille.



Quatre équipes s'affrontent, chacune se voyant attribuer une famille du jeu de jass. Toutes les cartes sont placées face contre le sol sur la ligne de fond opposée. Le premier coureur de chaque groupe s'élançait et retourne une carte.

Si c'est la bonne couleur (cœur par exemple), il peut la ramener avec lui. Sinon, il la replace. La première équipe qui a récupéré ses neuf cartes a gagné.

## Variantes

- Tous les coureurs peuvent courir simultanément, mais ils doivent à chaque fois retourner au point de départ après avoir soulevé une carte.
- Utiliser d'autres jeux de cartes (UNO, etc.).
- Choisir un autre critère pour la prise de cartes (chiffre, chiffre et couleur, etc.).



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO