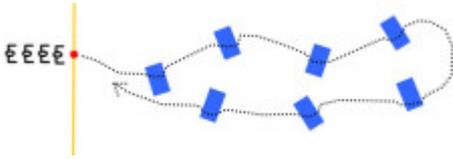


Athlétisme – Haies: Passer par tous les tapis

Les élèves doivent franchir le plus rapidement possible des tapis. Avec deux installations, cet exercice peut se disputer sous forme de compétition.



Estafette: quelle équipe a franchi le plus rapidement possible tous les tapis (course chronométrée)? Avec deux installations, définir une tactique d'équipe (suite des tapis à franchir) et confrontation directe.

Matériel: Tapis, piquets

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO