

Athlétisme – Haies: Mise au défi

Cet exercice se déroule sous forme de concours. Les élèves doivent franchir les haies le plus rapidement possible. Un certain nombre de points est attribué au vainqueur.



Qui est le plus rapide sur la piste avec un, voire deux ou même trois franchissements de haies? Modifier la composition des groupes à chaque course.

Variante

Points par équipe pour le vainqueur avec points correspondants aux haies +1.

Matériel: Haies

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO