

Athlétisme – Lancer en fronde: Chasse au dragon

Ce jeu de la fronde sur une cible permet de mettre en pratique le mouvement du lancer en fronde.



Chacun essaie de viser avec son pneu de vélo le dragon placé au centre de la salle. Celui qui vise le dragon (cheval d'arçon), reçoit 5 points. Celui qui vise l'île du dragon reçoit 1 point.

Matériel : cheval d'arçon, cordes ou cônes pour l'île

Source: Swiss Athletics



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO